

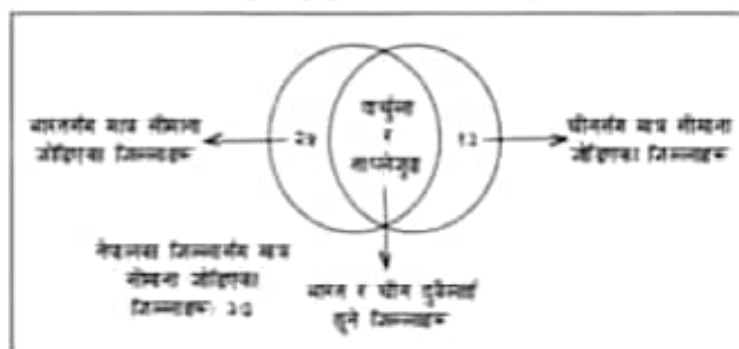
१.३.१ घरातलीय स्वरूपको किसिम र विशेषता

- ❖ , एसिया महादेशको ०.३ प्रतिशत ओगट्छ भने दक्षिण एसियाको २.८२ प्रतिशत ओगटेको छ।
- ❖ नेपालबाट सबैभन्दा नजिकको विदेशी विमानस्थल पटना विमानस्थल, विहार, भारतको हो।
- ❖ नेपाल उत्तरी गोलार्द्धको भारतीय उपमहाद्वीपमा पर्दछ।
- ❖ काठमाण्डौं देखि तिब्बतको ल्हासा बाँचको छोटो दूरी ८४० कि.मी. रहेको छ।

नेपालका चार दिशाका सीमानाहरू

- ❖ पूर्वमा : भारतको पश्चिम बङ्गाल र सिक्किम राज्य,
- ❖ पश्चिममा : भारतको उत्तराखण्ड राज्य
- ❖ उत्तर : चीनको स्वशासित क्षेत्र तिब्बत
- ❖ दक्षिणमा : भारत विहार र उत्तर प्रदेश राज्य
(भारतको सीमाना : विउ उ बसि जसमा दक्षिण, पश्चिम र पूर्व) (उ.ति.विउ.बसि)
- ❖ नेपाल र बंगलादेशबाँचको सिमाना 'चिकेननेक' भन्ने स्थान हो।
- ❖ नेपालको प्रमाणिक समय कुन हिमाललाई आधार मानि निर्धारण गरिएको छ ? गौरीशंकर हिमाल
- ❖ गौरीशंकर हिमाललाई पाथीभरा हिमाल पनि भनिन्छ।
- ❖
- ❖ गौरीशंकर हिमालको उचाइ ७,९३४ मिटर रहेको छ।
- ❖ गौरीशंकर हिमाल कहाँ पर्दछ ? बागमती प्रदेशको दोलखा जिल्लामा
- ❖ गौरीशंकर हिमालको कुन देशान्तर रेखालाई आधार मानि नेपालको प्रमाणिक समय निर्धारण गरिएको छ ? ८६ डिग्री १५ मिनेट पूर्वी देशान्तरलाई
- ❖ नेपालको समय ग्रीनवाँच मानक समयभन्दा कति
- ❖ छिटो छ ? ५ घण्टा ४५ मिनेट छिटो

- ❖ नेपालको प्रमाणिक समय कहिलेदेखि लागू गरिएको हो ? वि.सं. २०४२ साल बैशाख १ गतेदेखि
- ❖ नेपालको संविधानको धारा ४ मा राज्य सम्बन्धित व्यवस्था र धारा २८८ नेपालको राजधानी काठमाडौं भनी उल्लेख गरिएको छ। वि.सं. १८२६ चैत्र १० गते पृथ्वीनारायण शाहले घोषणा गरेका थिए।
- ❖ नेपालको तेस्रो नजिकको देश बङ्गलादेश हो जुन २७ किलोमिटर टाढा रहेको छ। नेपाल र भुटानबाँचको दूरी ३२ किलोमिटर रहेको छ।
- ❖ नेपाल साकमा जनसंख्याको हिसाबले पाँचौं ठूलो र क्षेत्रफलमा चौथो ठूलो रहेको छ।
- ❖ नेपालको भारतसँग १६९० (हजुरबुवा १६ बर्षको उमेरमा ९० सालमा भारत जानुभएको) किलोमिटर र चीनसँग १२३६ (१+२+३=६) किलोमिटर गरी कुल २९२६ किलोमिटर अन्तर्राष्ट्रिय सिमाना रहेको छ।
- ❖ नेपालका २ वटा जिल्ला (ताप्लेजुङ र दाचुंला) ले चीन र भारत दुवैलाई, १३ वटा जिल्लाले चीनलाई मात्र, २५ वटा जिल्लाले भारतलाई मात्र र ३७ वटा जिल्लाले दुवै मुलुकको सोमाना छुट्टै नन्।



सम्झने तरिका

- ❖ चीनसँग मात्र सिमाना जोडिएका जिल्लाहरू : $१२ \times १ + १ = १३$ वटा
- ❖ भारतसँग मात्र सिमाना जोडिएका जिल्लाहरू : $१३ + १ + १ = १५$ वटा

- ❖ कुनै देशसँग सिमाना नजोडिएका जिल्लाहरू : $92 \times 3 + 9 = 33$ वटा
- ❖ नेपालको सबैभन्दा होचो भू-भाग भापाको केचनाकललाई मानिन्छ । यसको उचाइ ५८ मिटर रहेको छ भने धनुषाको मुसहरनियाको उचाइ ५९ मिटर रहेको छ ।
- ❖ विश्व मानचित्रमा नेपाललाई सगरमाथाको देश, गौतम बुद्धको जन्मस्थल, तेस्रो ध्रुवको देश तथा विशिष्ट भण्डाको देशको रूपमा समेत चिनिन्छ ।
- ❖ नेपालका ७ प्रदेश मध्ये कर्णाली प्रदेशले चीनलाई मात्र र मधेश र लुम्बिनीले भारतलाई मात्र छोएका छन् भने बाँकी ४ प्रदेशले चीन र भारत दुवैलाई छोएका छन् ।
- ❖ नेपालको उत्तरी सिमाना हिमालय पर्वत, दक्षिणको सिमाना दशगजा क्षेत्र, पूर्वको सिमाना मेची नदी र पश्चिमको सिमाना महाकाली नदी पर्दछ । नेपालको दक्षिणको सिमानामा नेपाल र भारतबीच १० गजा चौडा जमिन खाली राखी सीमास्तम्भ गाडिएको छ जसलाई दशगजा भनिन्छ । दशगजाले नेपाललाई भारतको उत्तरप्रदेश र बिहार राज्यबाट छुट्याएको छ । दशगजा क्षेत्र लाई No man Lines क्षेत्र पनि भनिन्छ ।
- ❖ नेपाल र इष्ट इण्डिया कम्पनीबीच सन् १८१६ मार्च ४ मा भएको सुगौली सन्धि ताका नेपाल र भारतबीचमा ८९४ वटा जंगे पिलरहरु निर्माण गरिएको थिए ।
- ❖ नेपाल क्षेत्रफलको आधारमा विश्वको सबैभन्दा ठूलो देश रसिया भन्दा ११६ गुणा सानो रहेको छ ।
- ❖ सार्कको दोस्रो ठूलो देश पाकिस्तान नेपाल भन्दा करिब ५ गुणा ठूलो रहेको छ ।
- ❖ नेपालले विश्वको कुल जनसंख्याको ०.३७ प्रतिशत ओगट्छ ।
- ❖ नेपाल विश्वका भूपरिवेष्ठित राष्ट्रहरुमा क्षेत्रफलमा २९ औं र जनसंख्यामा ५ औं मा पर्दछ ।

नेपालको राजनीतिक तथा प्रशासनिक विभाजन

- ❖ लिच्छवी काल: १३ वटा क्षेत्रमा विभाजन

- ❖ पृथ्वी नारायण शाहको पालामा : १२ क्षेत्रमा विभाजन गरेका
- ❖ भीमसेन थापाको पालामा : ३९ जिल्ला
- ❖ जंगबहादुर राणा: ६९ इकाइमा विभाजन
- ❖ राणाकालमा : ३५ जिल्लामा (वीर शमशेरको पालामा पहाडतर्फ २३ जिल्ला र तराईतर्फ १२ तहसिल गरी)
- ❖ २०१८ वैशाख १ : १४ अञ्चल ७५ जिल्ला (राजा महेन्द्रले विभाजन गरेका)
- ❖ २०२९ असार १३ : ४ विकास क्षेत्रमा विभाजन (राजा वीरेन्द्र)
- ❖ २०३७ असोज २६: सुदूरपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्रलाई टुक्राई मध्य पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र थप गरी ५ विकास क्षेत्र बनाइएको,
- ❖ २०७२ असोज ३ : नेपालको संविधान जारी भएसँगै नेपाल संघीय राज्यमा परिवर्तन भयो र वर्तमान संविधानको भाग ६ को धारा ५६ मा संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र नेपालको मुल संरचना संघ, प्रदेश र स्थानीय तह गरी तीन तहको हुने, नेपाललाई ७ प्रदेश र ७७ जिल्लामा संवैधानिक रूपमा विभाजन (नेपालको संविधानको अनुसूची ४ मा)
- ❖ २०७४ भाद्र ५ : नवलपरासी र रुकुम जिल्लालाई विभाजन गरी ७७ जिल्ला बनाइएको (नवलपरासीको बर्दघाट सुस्ता पूर्व-भित्री मधेशको जिल्ला (गण्डकी प्रदेश) र नवलपरासी बर्दघाट सुस्ता पश्चिम -तराईको जिल्ला (लुम्बिनी प्रदेश) साथै रुकुमलाई रुकुम पूर्व-हिमाली जिल्ला (लुम्बिनी) र रुकुम पश्चिम-पहाडी जिल्ला (कर्णाली) गरी विभाजन गरिएको)

विभिन्न जोखिममा नेपाल

- ❖ जलजन्य जोखिमका दृष्टिले : ३० औं स्थानमा
- ❖ बहुप्रकोपीय जोखिमका दृष्टिले : २० औं स्थानमा
- ❖ जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी जोखिमका दृष्टिले : ४ औं स्थानमा
- ❖ भूकम्पीय जोखिमका दृष्टिले : ११ औं स्थानमा

७	सुदूरपश्चिम	बझाङ	बैतडी (बबै)
---	-------------	------	----------------

	हिमाली प्रदेश	पहाडी प्रदेश	तराई
ठूला जिल्ला	डोल्पा	सिन्धुली	कैलाली
सानो जिल्ला	पूर्वी रुकुम	भक्तपुर	नवलपरासी पश्चिम
	DR	सि.भ.	कै.न.

प्राकृतिक प्रदेश अनुसार ठूला र साना जिल्लाहरू

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ अनुसार जिल्लाहरूको वर्गीकरण

हिमाली जिल्लाहरू	ताप्लेजुङ, संखुवासभा, सोलुखुम्बु, दोलखा, सिन्धुपाल्चोक, रसुवा, मनाङ, मुस्ताङ, डोल्पा, जुम्ला, मुगु, हुम्ला, कालिकोट, बाजुरा, बझाङ, दाचुला, धादिङ, रामेछाप, गोर्खा, रुकुम (पूर्व), म्याग्दी (२०७५ मा पहाडीबाट हिमालीमा थपिएको)	२१ जिल्ला
पहाडी जिल्लाहरू	पाँचथर, इलाम, तेह्रथुम, धनकुटा, भोजपुर, ओखलढुंगा, खोटाङ, काभ्रेपलाञ्चोक, नुवाकोट, लमजुङ, तनहुँ, कास्की, स्याङ्जा, पर्वत, बाग्लुङ, पाल्पा, अर्घाखाँची, गुल्मी, रुकुम (पश्चिम), रोल्पा, प्युठान, सल्यान, जाजरकोट, दैलेख, डोटी, अछाम, बैतडी, डडेलधुरा	२८ जिल्ला
भित्री मधेशका जिल्लाहरू	उदयपुर, मकवानपुर, चितवन, सिन्धुली, नवलपरासी (बर्दघाट सुस्तापूर्व), दाङ, सुर्खेत	७ जिल्ला
तराइका जिल्लाहरू	भापा, मोरङ, सुनसरी, सप्तरी, सिरहा, धनुषा, महोत्तरी, सर्लाही, रौतहट, बारा, पर्सा, नवलपरासी (बर्दघाट सुस्तापश्चिम), रुपन्देही, कपिलवस्तु, बाँके, बर्दिया, कैलाली, कञ्चनपुर	१८ जिल्ला
काठमाडौं उपत्यकाका जिल्लाहरू	काठमाडौं, ललितपुर र भक्तपुर	३ जिल्ला

नोट : हिमाल, पहाड र तराई मात्र मान्ने हो भने हिमालमा २१ जिल्ला, पहाडमा ३५ जिल्ला र तराईमा २१ जिल्ला गरि विभाजन गरिन्छ।

धरातलीय स्वरूप, किसिम र विशेषता

- ◆ नेपाललाई धरातलीय स्वरूपको आधारमा कति भागमा विभाजन गरिएको छ ? ३ भागमा हिमाली प्रदेश, पहाडी प्रदेश र तराई प्रदेश

क. हिमाली प्रदेश

- ◆ नेपालको उत्तरी भेगमा दौतका लहरजस्तै पङ्क्तिबद्ध रूपमा अवस्थित हिउँ र चट्टानले निर्मित हिमाली क्षेत्रले नेपालको कति प्रतिशत भू-भाग समेटेछ ? १५ प्रतिशत

- ◆ हिमाली प्रदेश उत्तर-दक्षिण चौडाई कति छ ? करिब २५ देखि ५० किलोमिटर
- ◆ हिमाली प्रदेश कति मिटरको उचाइमा अवस्थित छ ३००० मिटर देखि ८८४८.८६ मिटर सम्म
- ◆ नेपालमा पूर्व देखि पश्चिमसम्म जम्मा कति वटा हिमशृङ्खला छन् ? २८ वटा
- ◆ हिमाली प्रदेशको सबैभन्दा ठूलो जिल्ला डोल्पा र सानो रुकुम पूर्व हुन्। (डोरु)

- ❖ सबैभन्दा पूर्वको हिमश्रृङ्खला कञ्चनजङ्घा हो भने सबैभन्दा पश्चिमको हिमश्रृङ्खला कुन हो ? गुराँस
- ❖ हिमाली प्रदेशमा मुख्य गतिविधि कम हुने भएकाले यहाँको मुख्य पेशा के हो ? पशुपालन
- ❖ हिमाली क्षेत्रमा मनसुन चरनका लागि उपयुक्त जमिन कति रहेको छ ? १२ प्रतिशत
- ❖ माटो र जलवायुका दृष्टिले हिमाली क्षेत्रमा कति प्रतिशत खेतीयोग्य जमिन छ ? एक प्रतिशत भन्दा कम
- ❖ हिमाली क्षेत्रमा कति जिल्ला रहेका छन् ? २१ जिल्ला
- ❖ हिमाली प्रदेशलाई तीन क्षेत्रमा विभाजन गर्न सकिन्छ, ती के के हुन् ? मुख्य हिमाली क्षेत्र, भित्री हिमाली क्षेत्र र सिमान्त हिमाली क्षेत्र
- ❖ हिमाली क्षेत्रको जनसंख्या ६.७३ प्रतिशत रहेको ।

१. मुख्य हिमाली क्षेत्र

- ❖ विश्वका ८ हजार माथिका १४ हिमाल मध्ये मुख्य हिमाली क्षेत्रमा कति हिमाल पर्दछन् ? ८ वटा
- ❖ यस क्षेत्रमा ६ हजार मिटर माथिका कति वटा हिमाल पर्दछन् ? १३११ वटा
- ❖ नेपालमा रहेका २८ वटा हिमश्रृङ्खला मध्ये कतिवटा यस क्षेत्रमा पर्दछन् ? सबै पर्दछन् अर्थात् ५००० मिटर माथिका सबै हिमश्रृङ्खला यसै क्षेत्रमा पर्दछन् ।
- ❖ यस क्षेत्रमा ५ हजार माथीको क्षेत्र पर्दछ ।
- ❖ प्रथम स्तरका नदीहरूको उद्गम स्थल ।

सगरमाथा

- सगरमाथाको उचाई : ८८४८.८६ मिटर
- सोलुखुम्बुको खुम्बु पासाङ गाउँपालिकाको वडा नं ४ मा अवस्थित रहेको ।
- चुचुरोको औसत क्षेत्रफल ७ वर्ग किलोमिटर रहेको छ ।
- २७ डिग्री ५९ मिनेट उत्तरी अक्षांश र ८६ डिग्री ५५ मिनेट पूर्वी देशान्तरमा फैलिएको ।

- नेपालका तेन्जिङ नोर्गे शेर्पा र न्युजिल्याण्डका हेडमण्ड हिलारीले सन् १९५३ मे २९ मा सगरमाथाको सफल आरोहण गरेका ।
- Mt.Everest नाम बेलायतका George Everest का नामबाट राखिएको । यसलाई सगरमाथा भनि वि.सं. २०१३ (सन् १९५६) मा नाम राख्ने व्यक्ति इतिहास शिरोमणी बाबुराम आचार्य हुन् ।
- सगरमाथालाई तेस्रो ध्रुव भन्ने व्यक्ति माइकल वर्ग (सन् १९९१) हुन् ।
- सगरमाथालाई चिनियाँ भाषामा चोमोलोङ्गमा र तिब्बती भाषामा मितिगुती चोपालोङ्मा भनिन्छ ।
- नेपालमा प्रथम पटक आरोहण खुला गरिएको हिमाल अन्नपूर्ण हो । यस हिमाल सन् १९४९ मा खुला गरिएको हो भने वि.सं.२०४९मा अन्नपूर्ण संरक्षण क्षेत्रको स्थापना गरिएको हो ।
- पासाङ ल्हामु शेर्पाको स्मृतिमा खुम्बु हिमश्रृङ्खला अन्तर्गत पर्ने ७३५१ मि. अग्लो हिमाललाई जासम्बा हिमाल बाट नाम परिवर्तन गरी पासाङ ल्हामु चुली नाम राखिएको हो ।
- सगरमाथा आरोहण गर्ने नेपालको प्रथम महिला पासाङ ल्हामु शेर्पा हुन् । उनले वि.सं.२०५० वैशाख १० गते सगरमाथाको सफल आरोहण गरेकीथिइन ।
- ८००० मि. माथीका सबै १४ वटा हिमालहरू विना अक्सिजन आरोहण गर्ने पर्वतारोही इटलीका राइनहोल्ड मेस्नर हुन् ।
- ८००० मि. माथीका सबै हिमाल आरोहण गर्ने प्रथम नेपाली मिङ्मा शेर्पा हुन् ।

आरोहण क्षेत्रका उपनामहरू

- ❖ तेन्जिङ नोर्गे शेर्पा : Tiger of snow
- ❖ आङरिता शेर्पा : Snow leopard
- ❖ बाबुछिरी शेर्पा : हिमतारा
- ❖ सोनाम छिरिङ शेर्पा : हिमसरदार

२८ वटा हिमश्रृङ्खलालाई पूर्वदेखि पश्चिमसम्म मिलाउँदा
कञ्चनजङ्घा, जनक, उम्बक, महालङ्गुर,

रोलवालिङ, पुमरी, जुगल, लाङटाङ, गणेश, सेराङ, कुटाङ, मनसिरी, पेरी, लुगुला, दामोदर, निलगिरी, अन्नपूर्ण, धौलागिरी, मुस्ताङ, गौतम, पालचुङ हमगा, काज्जीरोवा, कान्ति, गोरखा, चाङ्गला, चण्डी, नालाकंकर, गुराँस

सम्झने तरिका (कञ्चन जनक उ र म रोल पुरा गर्न जुगल पुग्दा गणेश सेरे कुटाकुट गरेको हेरी मनसिरीङ पारी लुगुलु काँदै दामोदर कुण्ड तिर लाग्यौं । निल छ अन्न धौलागिरीको मुस्ताङमा गौतम पालमा बसी काका गोरे र चाङले बोलाई चना र गुराँस दियो ।)

नेपालका प्रमुख हिमालहरू पूर्वबाट पश्चिम :
कञ्चनजंघा, कुम्भकर्ण, मकालु, लोत्से, सगरमाथा, चोयु, गौरीशंकर, लाङटाङ, मनास्लु, अन्नपूर्ण, धवलागिरी, सैपाल र अपि (ककु म लो स चोगी लाम अघ सैअ)

२. भित्री हिमाली क्षेत्र (भोट प्रदेश)

- ❖ मुख्य हिमालबाट उत्तर र तिब्बत तटवर्ती क्षेत्रबाट दक्षिणतिर पर्ने क्षेत्रलाई के भनिन्छ ? भित्री हिमाली क्षेत्र
- ❖ यसको अवस्थिति कस्तो रहेको छ ? २४००-५००० मिटर
- ❖ ओलाङचुङगोला, धुन्सा, खुम्बु, लामटाङ, ताराकोट, मुगु आदि स्थान यसै क्षेत्रमा पर्दछन् भने हुम्ला, डोल्पा, थाकखोला, मनाङ, कुताङ, केरुङ उपत्यकाहरू पनि यसै क्षेत्रमा पर्दछन् ।
- ❖ नेपालको सबैभन्दा तल्लो हिमरेखा रुपीनाला ४५०० मिटर गोरखा जिल्लामा पर्दछ ।

३. सीमान्त हिमाली क्षेत्र

- ❖ यसको फैलावट कस्तो रहेको छ ? यो अन्तरहिमाली श्रृङ्खला तिब्बतको समान्तर किनारी क्षेत्र करिब १३० किलोमिटर उत्तरसम्म फैलिएको छ
- ❖ यस क्षेत्रको सरदर उचाइ ६ हजार देखि ७ हजार मिटरसम्म रहेको छ ।
- ❖ यस क्षेत्रले उत्तरी सिमा क्षेत्रको रुपमा पनि काम गरेको छ ।

- ❖ किन यो क्षेत्र मुलतः हिमाली मरुभूमिका रुपमा रहेको छ ? वृष्टि छायाँमा पर्ने भएकाले ।

ख. पहाडी प्रदेश

- ❖ उत्तरमा हिमाल र दक्षिणमा तराईबीच रहेको मध्यभाग पूर्वदेखि पश्चिमसम्म अग्लाहोचा पहाडहरू, फराकिला-साँघुरा उपत्यका, दून, बैँसी तथा टार र गरायुक्त पाखाहरू कुन प्रदेश हो ? पहाडी प्रदेश
- ❖ यसको उत्तर-दक्षिण चौडाइ कति रहेको छ ? ७६ किलोमिटरदेखि १२५ किलोमिटरसम्म
- ❖ यस क्षेत्रमा कति जिल्ला रहेका छन् ? २८ जिल्ला
- ❖ पहाडी क्षेत्रको विभाजन कस्तो छ ? तीन भागमा चुरे पर्वत, महाभारत र मध्यभूमि
- ❖ पहाडी क्षेत्रको सबैभन्दा ठूलो जिल्ला सिन्धुली र सानो जिल्ला भक्तपुर हो ।

१. चुरे पर्वत श्रेणी

- ❖ चुरे पर्वत समुन्द्र सतहदेखि कति उचाइसम्म फैलिएको छ ? समुद्र सतहबाट ६१० देखि १८७२ मिटरसम्म
- ❖ यो पर्वत श्रेणी पश्चिमदेखि कोशी नदीसम्म महाभारत पर्वतमालाको समानान्तर रुपमा लम्बिएको छ भने त्यो भन्दा पूर्व कस्तो रुपमा रहेको छ ? ढिस्का वा थुम्काको रुपमा
- ❖ बागमती नदी पूर्व यसलाई भटवाना, कोशी नदी पूर्व चुलाचुली (मैनाचुली) र दाङ देउखुरी क्षेत्रमा यसलाई डडुवा र चितवन क्षेत्रमा सोमेश्वर श्रेणी भनिन्छ ।
- ❖ भारतमा यसलाई शिवालिक र वर्मामा इरावदिको नामबाट चिनिन्छ ।
- ❖ चुरे क्षेत्रको सबैभन्दा फराकिलो भाग दाङ देउखुरी हो (१२ माइल) ।
- ❖ वातावरणीय दृष्टिले चुरे पर्वत कस्तो क्षेत्र हो ? अत्यन्त संवेदनशील
- ❖ शिवालिक क्षेत्रमा खेती हुनसक्ने जमिन कति प्रतिशत छ ? करिब २४ प्रतिशत
- ❖ चुरे पर्वत सबैभन्दा अग्लो भाग कैलालीको गावाँ (१८७२) हो ।

- ◆ चुरेले १२.७ प्रतिशत भाग ओगटेको छ।

२. महाभारत श्रेणी

- ◆ पूर्व-पश्चिम फैलिएको
- ◆ अग्लो भाग ३१४६ मिटर उचाईमा दोलखाको सैलुङ
- ◆ महाभारत श्रेणी के बाट बनेको छ ? सेल, स्यान्डस्टोन, लाइमस्टोन, मार्बल, स्लेटजस्ता चट्टानबाट
- ◆ महाभारत श्रेणीका मुख्य पर्वतहरू के के हुन् ? सैलुङ्ग, द्याम्के, जैथक, फूलचोकी, शिवपुरी, छिम्केश्वरी, दामन, स्वर्गद्वारी, साकिने डाँडा, खोचे
- ◆ महाभारत श्रेणीको सबैभन्दा अग्लो भाग सैलुङ हो।
- ◆ महाभारत पर्वत श्रेणीलाई मध्य हिमालय तथा लघु हिमालय पनि भनिन्छ।
- ◆ रमणीय हावापानी पाइने भएकाले यस क्षेत्रलाई नेपालको हावाखोरी पनि भनिन्छ।
- ◆ महाभारतले नेपालको २५.८ प्रतिशत भाग ओगटेको छ।

३. मध्यभूमि श्रेणी

- ◆ मध्यभूमि श्रेणी अन्तर्गत के पर्छन् ? चमेलिया (सुदूरपश्चिम), त्रिशुली (मध्य), सुनकोशी र अरुण तथा तमोर नदीद्वारा निर्मित ठूला उपत्यका एवम् समथर र उर्वरक्षेत्र यस अन्तर्गत पर्दछन्।
- ◆ मध्यभूमि श्रेणीमा कुन कुन टारहरू छन् ? तुम्लिङटार (सङ्खुवासभा), रुम्जाटार (ओखलढुङ्गा), मङ्गलटार (काभ्रेपलाञ्चोक), खुमलटार (ललितपुर), बट्टार (नुवाकोट), विशालटार र सल्यानटार (धादिङ), खैरेनीटार (तनहुँ), चौरजहारीटार (रुकुम), बेलटार (उदयपुर), सुन्तलीटार (स्याङ्जा), कुरिनटार र लेवेटार (चितवन), जरायोटार (भोजपुर),
- ◆ यस क्षेत्रमा कति प्रतिशत खेतीयोग्य जमिन रहेको छ ? ८७ प्रतिशत
- ◆ मध्यभूमिले २९.५ प्रतिशत भाग ओगटेको छ।

४. काठमाडौं उपत्यका

- ◆ काठमाडौं उपत्यकामा कति वटा जिल्लाहरू रहेका छन् ? ३ जिल्लाहरू (काठमाडौं, ललितपुर र भक्तपुर)
- ◆ यो पहाडी प्रदेश अन्तर्गत पर्दछ।

पहाडी प्रदेशमा अवस्थित मुख्य उपत्यका तथा बैसीहरू

उपत्यका	उचाइ (मि.)	जिल्ला
काठमाडौं	१३३७	काठमाडौं, ललितपुर र भक्तपुर
त्रिशुली	५७९	नुवाकोट
पोखरा	८१९	कास्की
पाँचखाल	८७१	काभ्रेपलाञ्चोक
बनेपा	१५५४	काभ्रेपलाञ्चोक
पाटन	१५३४	बैतडी
धुनिवेशी	८५०	धादिङ
दाङ	६६३	दाङ
सुर्खेत	६६४	सुर्खेत
उदयपुर	३६०	उदयपुर

ग. तराई प्रदेश

- ◆ पहाडी भागदेखि दक्षिणतर्फ भारतको सीमासम्म पूर्व-पश्चिम फैलिएको नेपालको समतल भू-भागलाई के भनिन्छ ? तराई प्रदेश
- ◆ यो समुन्द्र सतहदेखि कति उचाइमा रहेको छ ? ५८ मिटर देखि ६०० मिटर सम्म (भापाको केचनाकलन)
- ◆ यस क्षेत्रमा कति जिल्ला रहेका छन् ? १८ जिल्ला
- ◆ यस क्षेत्रलाई कति भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ ? ३ भागमा

१. खास तराई

- ◆ देशको दक्षिणी भागमा दक्षिणतर्फ होर्चिदै गएको भू-भागलाई के भनिन्छ ? खास तराई
- ◆ यसले ४ प्रतिशत भाग ओगटेको छ।
- ◆ खास तराई कस्तो क्षेत्र हो ? पाँचो माटोले बनेको उर्वर क्षेत्र
- ◆ चितवनको दक्षिणमा सोमेश्वर पर्वतमाला र देउखुरीको दक्षिणमा ढुण्डुवा पर्वतमालाले

काटेकोले खास तराईलाई कति भागमा बाँड्ने गरिन्छ ? तीन भागमा (पूर्वी, मध्य र पश्चिम)

२. भावर क्षेत्र

- ◆ खास तराईको उत्तर र चुरे पर्वतमालाको दक्षिणमा समुन्द्रसतहदेखि ३८० मिटरको उचाइसम्म फैलिएको साँघुरो पेटिलाई के भनिन्छ ? भावर क्षेत्र
- ◆ भावर क्षेत्रले मुलुकको कुल क्षेत्रफलको कति भू-भाग ओगटेको छ ? ४.५ प्रतिशत

३. भित्रीमधेश

- ◆ चुरे र महाभारत पर्वत श्रेणीको बीचमा समुन्द्रसतहदेखि ६१० मिटरको उचाइसम्म चारैतिर पहाड पर्वतले घेरिई फैलिएका विशाल फाँटलाई के भनिन्छ ? भित्रीमधेश वा दून
- ◆ भित्रीमधेशले मुलुकको कुल क्षेत्रको कति प्रतिशत भू-भाग ओगट्छ ? ८.५ प्रतिशत
- ◆ भित्रीमधेश क्षेत्रमा कुन कुन जिल्लाहरु पर्दछन् ? यसमा उदयपुर र सिन्धुली (पूर्वी भित्रीमधेश), मकवानपुर, चितवन र नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पूर्व) (मध्यभित्री मधेश), दाङ देउखुरी (पश्चिमी भित्रीमधेश) र सुर्खेत (मध्यपश्चिम भित्रीमधेश)
- ◆ भित्री मधेशमा बस्ने जातजाती दराई, दुनुवार, बोटे, राउटे, माभी, कुमाल, राजी (ददस बोरामा कुरा)
- ◆ भित्री मधेशका जिल्लाहरुलाई पूर्व देखि पश्चिम मिलाउँदा: उदयपुर, सिन्धुली, मकवानपुर, चितवन, नवलपरासी (पूर्व), दाङ र सुर्खेत (उसिम चिन दासु)

- ◆ भित्री मधेशका जिल्लाहरु क्षेत्रफलका आधारमा ठूला देखि साना दाङ, सिन्धुली, सुर्खेत, मकवानपुर, चितवन, उदयपुर र नवलपुर (दासिसुम चिउन)

७ प्रदेशका ठूला र साना जिल्लाहरु

क्र.सं.	प्रदेशको नाम	ठूलो जिल्ला	सानो जिल्ला
१	प्रदेश नं १	ताप्लेजुङ	तेह्रथुम (ताते)
२	मधेश	सप्तरी	महोत्तरी (सम)
३	बागमती प्रदेश	सिन्धुपाल्चोक	भक्तपुर (सिभ)
४	गण्डकी प्रदेश	गोरखा	पर्वत (गोप)
५	लुम्बिनी प्रदेश	दाङ	परासी (दाप)
६	कर्णाली	डोल्पा	पश्चिम रुकुम (झोप)
७	सुदूरपश्चिम	बझाङ	वैतडी (बवै)

क्षेत्रफल र जनसंख्याका आधारमा ठूलो र सानो स्थानीय तह

	महानगरपालिका	उपमहानगरपालिका	नगरपालिका	गाउँपालिका
क्षेत्रफलमा ठूलो	पोखरा	घोराही (दाङ)	सितगंगा (अर्घाखाँची)	नाम्खा (हुम्ला)
क्षेत्रफलमा सानो	ललितपुर	नेपालगञ्ज (बाँके)	भक्तपुर	परवानीपुर (बारा)

स्थानीय तहको विवरण

नेपालका स्थानीय तहहरु

प्रदेश नं १ मा रहेका १३७ वटा स्थानीय तहहरू

प्रदेशमा रहेका स्थानीय तहको संख्या

- ❖ प्रदेश नं १ : १३७
- ❖ मधेश प्रदेश : १३६
- ❖ वागमती प्रदेश : ११९
- ❖ गण्डकी : ८५
- ❖ लुम्बिनी : १०९
- ❖ कर्णाली : ७९
- ❖ सुदूरपश्चिम : ८८

प्रदेश नं. १

- ❖ कुल क्षेत्रफल : २५,९०५ वर्ग कि.मि. (१७.६ प्रतिशत)

- ❖ अवस्थित जिल्ला : १४ वटा

(तेह्रस बजे ओझालाई सुताउ र कपडा खोली मोसो घपाउ भो)

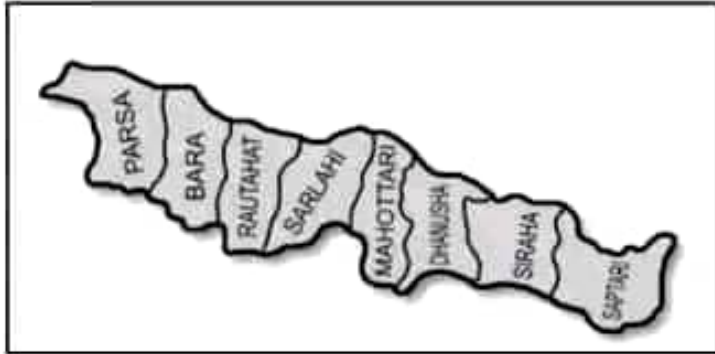


- ❖ तेह्रथुम, इलाम, संखुवासभा, ओखलढुङ्गा, भापा, सुनसरी, ताप्लेजुङ, खोटाङ, मोरङ, सोलुखुम्बु, धनकुटा, पाँचथर, उदयपुर, भोजपुर
- ❖ स्थायी राजधानी : विराटनगर (नामाकरण भने गरिएको छैन)
- ❖ स्थानीय तहहरूको संख्या : १३७ वटा
- ❖ महानगरपालिका : १ विराटनगर
- ❖ उपमहानगरपालिका : इटहरी र धरान
- ❖ नगरपालिका : ४६ वटा

- ❖ गाउँपालिका : ८८ वटा
- ❖ प्रतिनिधि सभा निर्वाचन संख्या : २८ वटा
- ❖ प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र : ५६ वटा
- ❖ जनसङ्ख्या : ४९,७२,०२१ (१७.०३ प्रतिशत)
- ❖ प्रमुख शहरहरू : विराटनगर, इटहरी, धरान, धनकुटा, बिर्तामोड, इलाम, दिक्तेल, फिदिम, गाईघाट
- ❖ प्रमुख धार्मिक एवम् पर्यटकीय स्थल : पाथिभरा, हलेसी महादेव, श्रीअन्तु डाँडा, कन्याम चिया बगान, बूढा सुब्बा, दन्तकाली, बराह क्षेत्र, माइपोखरी, भेडेटार, नाम्चे बजार, सगरमाथा आधार शिविर
- ❖ प्रमुख भरनाहरू : ह्यातुङ, पोकली, टोङ्के, रातमाटे, चिखुवा
- ❖ प्रमुख हिमालहरू : सगरमाथा, कञ्चनजङ्घा, ल्होत्से, मकालु, चोयु जन्तु
- ❖ प्रमुख जातीहरू : ब्राह्मण, क्षेत्री, राई, लिम्बु, थारु, लेप्चा, तामाङ, गुरुङ, मगर,
- ❖ प्रमुख भाषाहरू : नेपाली, मैथिली, किराँती, तामाङ, लिम्बु, गुरुङ, लेप्चा, मगर, थारु
- ❖ प्रमुख संरक्षित क्षेत्रहरू : सगरमाथा राष्ट्रिय निकुञ्ज, मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्ज, कोशी टप्पु वन्यजन्तु आरक्षण, कञ्चनजङ्घा संरक्षण क्षेत्र
- ❖ प्रमुख नदीहरू : अरुण, तमोर, कोशी, लिखु, खुम्बु हिमनदी
- ❖ प्रमुख विमानस्थलहरू : विराटनगर, लुक्ला, फाप्लु, तुम्लिङटार, लामिडाँडा, सुकेटार, रुम्जाटार, चन्द्रगढी
- ❖ सबैभन्दा धेरै जिल्लाहरू भएको प्रदेश १ हो। यस प्रदेशमा १४ वटा जिल्लाहरू छन्।
- ❖ सबैभन्दा धेरै स्थानीय तहहरू भएको प्रदेश पनि यहि हो। जसमा १३७ वटा स्थानीय तहहरू छन्।
- ❖ विश्वको सबैभन्दा अग्लो सगरमाथा सहित ८ हजार माथिका ५ वटा हिमालहरू यस प्रदेशमा पर्दछन्।
- ❖ यस प्रदेशले चीन र भारत दुवै प्रदेशलाई छुन्छ।

मधेश प्रदेश

- ❖ कुल क्षेत्रफल : ९६६१ वर्ग किलोमिटर (६.६ प्रतिशत)
- ❖ अवस्थित जिल्ला : ८ वटा
(स सि ध रा मा बा र म सौं पसल गरौंला)



- ❖ सलाही, सिराहा, धनुषा, बारा, महोत्तरी, पर्सा, सप्तरी, रौतहट
- ❖ स्थायी राजधानी : जनकपुरधाम
- ❖ स्थानीय तहको संख्या : १३६ वटा
- ❖ महानगरपालिका : विरगञ्ज
- ❖ उप-महानगरपालिका : जीतपुर-सिमरा, कलैया, जनकपुरधाम
- ❖ नगरपालिका : ७३ वटा
- ❖ गाउँपालिका : ५९ वटा
- ❖ प्रतिनिधि सभा निर्वाचन संख्या : ३२ वटा
- ❖ प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र : ६४ वटा
- ❖ जनसङ्ख्या : ६१,२६,२८८ (२०.९९ प्रतिशत)
- ❖ प्रमुख सहरहरु : वीरगञ्ज, जनकपुर, सिरहा, लाहान, जलेश्वर, निजगढ, राजविराज, लालबन्दी, कलैया
- ❖ प्रमुख धार्मिक एवम् पर्यटकीय स्थल : जनकपुर, रामजानकी मन्दिर, गढिमाई, छिन्नमस्ता, बाबा ताल, सलहेश फूलबारी
- ❖ प्रमुख भाषाहरु : थारु, मैथली, भोजपुरी, नेपाली, बज्जिका, उर्दू
- ❖ प्रमुख नदीहरु : कमला, बागमती
- ❖ प्रमुख विमानस्थलहरु : जलेश्वर, सिमरा, निजगढ, राजविराज
- ❖ सबैभन्दा थोरै जिल्ला भएको प्रदेश।
- ❖ भारतलाई मात्र छुने प्रदेश।

- ❖ सबैभन्दा कम साक्षरता र सबैभन्दा कम मानव विकास सूचकांक भएको प्रदेश।

वागमती प्रदेश

- ❖ कुल क्षेत्रफल : २०,३०० वर्ग किलोमिटर (१३.८ प्रतिशत)
- ❖ अवस्थित जिल्ला : १३ वटा
(राघार मसिदोभले कानुन सम्बत चिलको सिकार गरे)



- ❖ रामेछाप, धादिङ, रसुवा, मकवानपुर, सिन्धुली, दोलखा, भक्तपुर, काठमाडौं, नुवाकोट, चितवन, ललितपुर, सिन्धुपाल्चोक, काभ्रेपलाञ्चोक
- ❖ स्थायी राजधानी : हेटौँडा
- ❖ स्थानीय तहको संख्या : ११९ वटा
- ❖ महानगरपालिका : काठमाडौं, ललितपुर, भरतपुर(का लभ)
- ❖ उप-महानगरपालिका : हेटौँडा
- ❖ नगरपालिका : ४१ वटा
- ❖ गाउँपालिका : ७४ वटा
- ❖ प्रतिनिधि सभा निर्वाचन संख्या : ३३ वटा
- ❖ प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र : ६६ वटा
- ❖ गाउँपालिका विहिन जिल्लाहरु : काठमाडौं, भक्तपुर
- ❖ नगरपालिका विहिन जिल्ला : रसुवा
- ❖ जनसङ्ख्या : ६०,८४,०४२ (२०.८४ प्रतिशत)
- ❖ प्रमुख शहरहरु : काठमाडौं, ललितपुर, भक्तपुर, भरतपुर, धादिङबेसी, हेटौँडा, सिन्धुली, चरिकोट, मन्थली

- ◆ प्रमुख धार्मिक एवम् पर्यटकीय स्थल : पशुपतिनाथ, स्वयम्भुनाथ, हनुमानढोका, पाटन दरबार, भक्तपुर दरबार, दोलखा भीमेश्वर, पलाञ्चोक भगवती, चितवन रा.नि., सौराहा, जिरी
- ◆ प्रमुख जातीहरू : ब्रह्माण, क्षेत्री, नेवार, तामाङ, थारु, मगर
- ◆ प्रमुख नदीहरू : बागमती, भोटेकोशी, सुनकोशी, तामाकोशी, नारायणी, त्रिशुली, मेलम्ची, इन्द्रावती
- ◆ प्रमुख विमानस्थलहरू : काठमाडौं, भरतपुर, मन्थली, जिरी
- ◆ सबैभन्दा बढी मानव विकास सूचकाङ्क र सबैभन्दा कम बहुआयमिक गरिबी रहेको प्रदेश।
- ◆ यस प्रदेशले चीन र भारत दुवैलाई छुन्छ।

गण्डकी प्रदेश

- ◆ कुल क्षेत्रफल : २१,७३३ वर्ग किलोमिटर (१४.६ प्रतिशत)
- ◆ अवस्थित जिल्ला : ११ वटा
- (मम्मु ले बास्तममै गोपालको कानपकाउनु भो)**



- ◆ मनाङ, म्याग्दी, मुस्ताङ, बाग्लुङ, स्याङ्जा, तनहुँ, गोरखा, लमजुङ, कास्की, नवलपुर, पर्वत
- ◆ स्थायी राजधानी : पोखरा
- ◆ स्थानीय तहहरूको संख्या : ८५ वटा
- ◆ महानगरपालिका : पोखरा
- ◆ नगरपालिका : २६ वटा
- ◆ गाउँपालिका : ५८ वटा
- ◆ प्रतिनिधि सभा निर्वाचन संख्या : १८ वटा

- ◆ प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र : ३६ वटा
- ◆ जनसङ्ख्या : २४,७९,७४५ (८.४९ प्रतिशत)
- ◆ प्रमुख शहरहरू : पोखरा, कावसोती, चामे, जोमसोम, बाग्लुङ, गोरखा, बैसी शहर, कुस्मा, बेनी
- ◆ प्रमुख धार्मिक एवम् पर्यटकीय स्थल : मनकामना, मुक्तिनाथ, गोरखकाली, विन्दवासिनी, पोखरा, गलेश्वर महादेव, म्याग्दी तातोपानी, बन्दिपुर, घान्द्रुक
- ◆ प्रमुख नदीहरू : कालीगण्डकी, सेती, मस्याङ्दी, मादी, दरीदी
- ◆ प्रमुख विमानस्थलहरू : पोखरा, जोमसोम, चामे, पालुङटार
- ◆ ८ हजार माथिका ३ वटा हिमाल रहेको प्रदेश।
- ◆ चीन र भारत दुवै देशलाई छुने प्रदेश।
- ◆ सबैभन्दा धेरै साक्षरतादर भएको प्रदेश (७३.३३ प्रतिशत)

लुम्बिनी प्रदेश

- ◆ कुल क्षेत्रफल : २२,२८८ वर्ग किलोमिटर (१५.१ प्रतिशत)
- ◆ अवस्थित जिल्ला : १२ वटा
- (गुरु र रुपा रोल्पा र प्युठान पुग्दा बाँदर कराउँदै अघि बढेको देखे)**



- ◆ गुल्मी, रुकुम पूर्व, रुपन्देही, पाल्पा, रोल्पा, प्युठान, नवलपरासी पश्चिम, दाङ, बाँके, कपिलवस्तु, अर्घाखाँची, बर्दिया
- ◆ स्थायी राजधानी : दाङ
- ◆ स्थानीय तहहरूको संख्या : १०९ वटा

- ◆ उपमहानगरपालिका : घोराही, तुल्सीपुर, बुटवल, नेपालगञ्ज
- ◆ नगरपालिका : ३२ वटा
- ◆ गाउँपालिका : ७३ वटा
- ◆ प्रतिनिधि सभा निर्वाचन संख्या : २६ वटा
- ◆ प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र : ५२ वटा
- ◆ जनसङ्ख्या : ५९,२४,२२५ (१७.५५ प्रतिशत)
- ◆ प्रमुख शहरहरु : बुटवल, नेपालगञ्ज, घोराही, तुल्सीपुर, तानसेन, परासी, भैरहवा, तमघास, सन्धिखर्क
- ◆ प्रमुख धार्मिक एवम् पर्यटकीय स्थल : लुम्बिनी, सिद्धबाबा, रानी महल, स्वर्गद्वारी, सुपादेउराली, सत्यवती, वागेश्वरी, बाल्मिकी आश्रम, तिलौराकोट
- ◆ प्रमुख विमानस्थलहरु : तुल्सीपुर, नेपालगञ्ज, भैरहवा, तमघास
- ◆ यो प्रदेशले चीन र भारत दुवै देशलाई छुन्छ।

कर्णाली प्रदेश

- ◆ कुल क्षेत्रफल : २७,९८४ वर्ग किलोमिटर (१९ प्रतिशत)
- ◆ अवस्थित जिल्ला : १० वटा
- (रुसको हुसुमा मुजाको जुका डोल्पाको दैँले देखेनन्)



- ◆ रुकुम पश्चिम, सल्यान, हुम्ला, सुर्खेत, मुगु, जाजरकोट, जुम्ला, कालिकोट, डोल्पा, दैलेख
- ◆ स्थायी राजधानी : वीरेन्द्रनगर (सुर्खेत)
- ◆ स्थानीय तहको संख्या : ७९

- ◆ नगरपालिका : २५ वटा
- ◆ गाउँपालिका : ५४ वटा
- ◆ प्रतिनिधि सभा निर्वाचन संख्या : १२ वटा
- ◆ प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र : २४ वटा
- ◆ जनसङ्ख्या : १६,९४,८८९ (५.८१ प्रतिशत)
- ◆ प्रमुख धार्मिक एवम् पर्यटकीय स्थल : रारा, शै-फोक्सुण्डो, कुभिण्डे दह, खलंगा दरबार क्षेत्र, पचाल भरना, बुलबुल ताल, सिंजा उपत्यका
- ◆ प्रमुख नदीहरु : दूली भेरी, सानो भेरी, तिला, हुम्ला, कर्णाली, मुगु कर्णाली
- ◆ प्रमुख विमानस्थलहरु : चौरजहारी, मसिनेचौर, रारा, सुर्खेत, सिमिकोट, कालीकोट
- ◆ प्रमुख हिमालहरु : काञ्जिरोवा, कान्ति हिमाल, अरनिको चुली, चाङ्ला, गोरखा हिमाल
- ◆ विकासमा पछि परेका प्रदेश कर्णाली हो।
- ◆ जडिबुटो र प्राकृतिक स्रोतहरुमा यो प्रदेश धनी छ।
- ◆ चीनलाई मात्र छुने एकमात्र प्रदेश कर्णाली हो।

सुदूरपश्चिम प्रदेश

- ◆ क्षेत्रफल : १९,५३९ वर्ग किलोमिटर (१३.३ प्रतिशत)
- ◆ स्थायी राजधानी : गोदावरी
- ◆ जिल्ला सङ्ख्या : ९
- (इन दाई अबडोकै बाकेर बैक जान्छ)
- ◆ डडेल्धुरा, दाचुला, अछाम, बझाङ, डोटी, कैलाली, बाजुरा, बैतडी, कञ्चनपुर



- ❖ स्थानीय तहहको संख्या : ८८
- ❖ उप-महानगरपालिका : १
- ❖ नगरपालिका : ३३ वटा
- ❖ गाउँपालिका : ५४ वटा
- ❖ प्रतिनिधि सभा निर्वाचन संख्या : १६ वटा
- ❖ प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र : ३२ वटा
- ❖ जनसङ्ख्या : २७,११,२७० (९.२९ प्रतिशत)

❖ **प्रमुख धार्मिक स्थलहरू** : खप्तड, रामारोशन, बडिमालिका, तपोवन, ऋषिकुण्ड र सुर्मासरोवर, रौलाकेदार, सिगास, मालिकार्जुन, लटीनाथ, गल्लाकेदार, हुनैनाथ, बेहडवावा

❖ **प्रमुख पर्यटक स्थलहरू** : खप्तड, बुढीनन्दा देवी, शुक्लाफाँटा, सुर्मासरोवर, महाभारत पर्वत, घनघस्यालेक, भेल्लेडा, पाताल भूमेश्वर, रौलाकेदार, घोडाघोडी ताल, अजयमेरुकोट, आलीताल, बेतकोट, व्यास हिमाल, सैपाल हिमाल, मेलौली, उग्रतारा, टिकापुर पार्क, अपि हिमाल, रामारोशन, दोधारा-चाँदनी पुल, कर्णाली पुल

❖ **प्रमुख नदीहरू** : चमेलौया, बुढीगंगा, दरगंगा, सुर्माया, ढिकगाड, होपरीगाड, रंगुन, डोटेली गाड, स्यालगाड, खुवट्या, मोहना, बानरा आदि।

❖ **प्रमुख तालहरू** : घोडाघोडी, फिलमिला ताल, बेतकोट ताल, आलीताल (डडेल्धुरा), छतिवन ताल (डोटी), खप्तड ताल

- ❖ **प्रमुख विमानस्थलहरू** : धनगढी, टिकापुर, महेन्द्रनगर, दाचुला, साफैबगर, बभाङ, कोल्टीचैनपुर, पाटन
- ❖ **प्रमुख हिमालहरू** : सैपाल, अपी, व्यास, गुराँस
- ❖ यस प्रदेशले चीन र भारत दुवै देशलाई छुन्छ।

क्षेत्रफल र जनसंख्याका आधारमा ठूलो देखि सानो प्रदेश

सि.नं.	क्षेत्रफलका आधारमा	जनसंख्याको आधारमा
१	कर्णाली प्रदेश (२१.६ प्रतिशत)	बागमती प्रदेश (२०.८४ प्रतिशत)
२	प्रदेश १ (१७.६ प्रतिशत)	प्रदेश २ (२०.९९ प्रतिशत)
३	गण्डकी प्रदेश (१५.३ प्रतिशत)	प्रदेश १ (१७.०३ प्रतिशत)
४	बागमती प्रदेश (१३.८ प्रतिशत)	लुम्बिनी प्रदेश (१७.५५ प्रतिशत)
५	सुदूरपश्चिम प्रदेश (१३.३ प्रतिशत)	सुदूरपश्चिम प्रदेश (९.२९ प्रतिशत)
६	लुम्बिनी प्रदेश (११.८ प्रतिशत)	गण्डकी प्रदेश (८.४९ प्रतिशत)
७	मधेश (६.६ प्रतिशत)	कर्णाली प्रदेश (५.८१ प्रतिशत)
	(सूत्र: ६१४३७५२)	(सूत्र: ३२१५७४६)

१.३.२ प्राकृतिक स्रोतहरू: किसिम, उपलब्धि र वर्तमान अवस्था

प्राकृतिक सम्पदा

- ❖ प्राकृतिक स्रोतलाई कति भागमा विभाजन गरिन्छ ?
३ भागमा (नवीकरणीय, अनवीकरणीय र अनन्त)
- ❖ सजिलै पुनः उत्पादन गर्न सकिने र नवीकरण हुने प्राकृतिक स्रोतलाई के भनिन्छ ? नवीकरणीय स्रोत

- ❖ नवीकरणीय प्राकृतिक स्रोतहरू के के हुन् ? स्वच्छ हावा, स्वच्छ पानी, उर्वर माटो, वनस्पति एवम् पशुपंक्षी
- ❖ सजिलै पुनः उत्पादन नहुने र एक पटकको प्रयोग पछि पुनः प्राप्त नहुने स्रोतलाई के भनिन्छ ? अनवीकरणीय स्रोत

- ❖ अनविकरणीय स्रोतहरू के के हुन् ? जीवांश इन्धन, धातुगत खनिज पदार्थ, अधातु खनिज पदार्थ
- ❖ अनन्तकालसम्म ननासिने प्राकृतिक स्रोतलाई के भनिन्छ ? अविनाशी वा अनन्त प्राकृतिक स्रोत
- ❖ अनन्त प्राकृतिक स्रोतहरू के के हुन् ? सौर्य शक्ति, वायुशक्ति, ज्वारभाटा, जलशक्ति

भूमि

- ❖ Land Resource Mapping Project (१९७८/७९) का अनुसार नेपालमा कति खेतीयोग्य भू-भाग रहेको छ ? करिब १८ प्रतिशत (१७.७९ प्रतिशत)
- ❖ आफ्नो अधीनमा राखी प्रयोग गरे बापत सरकारलाई मालपोत बुझाउनु पर्ने भूमिलाई कस्तो भूमि भनिन्छ ? रैकर भूमि
- ❖ कुनै सरकारी कर्मचारीले बहादुरीपूर्वक काम गरेमा वा कुनै व्यक्ति मुलुकी शासनको दृष्टिमा राम्रो सावित भएमा उसलाई वृत्ति स्वरूप प्रदान गरिने जग्गालाई के भनिन्छ ? विर्ता भूमि
- ❖ विर्ता भूमि कुन कालमा प्रचलनमा थियो ? राणाकालमा
- ❖ नेपालमा कहिले विर्ता उन्मूलन गरियो ? वि.सं. २०१६
- ❖ कुनै विशेष सार्वजनिक वा सामूहिक उद्देश्य पूर्तिका लागि कुनै टुप्का रुपमा प्रयोग भएको संस्थागत जग्गालाई के भनिन्छ ? गुठी जग्गा
- ❖ पृथ्वीनारायण शाहले पूर्वका राई तथा लिम्बु जातिहरूलाई सहयोग गरेबापत कर तिर्नु नपर्ने तरिकाले प्रदान गरेको भूमिलाई के भनिन्छ ? किपट भूमि
- ❖ नेपालमा कहिले भूमिसुधार ऐन लागू भयो ? वि.सं. २०२१ भाद्र १

नेपालमा पाइने माटोका प्रकारहरू

- नेपालमा १ डिग्री भन्दा कम भिरालो भूमी १३.६ प्रतिशत रहको छ।
- नेपालमा २० डिग्रीभन्दा बढी भिरालो रहको भूमि ५८.८ प्रतिशत रहेको छ।
- नेपालमा ३००० भन्दा माथीको २७.५ प्रतिशत भूमि रहेको छ।

- नेपालका माटो संरक्षणको संस्थागत प्रयास वि.सं. २००२ बाट सुरुवात भएको हो।
- सामान्यतया माटो बन्नका लागि १०० देखि ४०० वर्षसम्म लाग्ने गर्दछ।
- माटोको प्राकृतिक अवस्था सम्बन्धि अध्ययन गर्ने शास्त्र Pedology/Edaphology हो।

क. पांगो माटो (दोमट माटो)

- ❖ पाइने स्थान : तराई र बेसीमा
- ❖ बनावट : नदीले थपारेको माटो, कुहिएको भारपातबाट
- ❖ खनिज तत्त्व : चुन, फस्फोरस र पोटास
- ❖ खेती हुने बालीहरू : धान, सनपाट, उखु, सुर्ती, तेलहन

ख. बलौटे पत्थरिलो माटो

- ❖ पाइने स्थान : भावर प्रदेश, भित्री मधेश र चुरे पहाड
- ❖ बनावट : बालुवा, कंकड-पत्थर जस्ता खुकुला खस्रा पदार्थ
- ❖ विशेषता : पानी अड्याउने क्षमतामा कमी
- ❖ उपयुक्तता : साल, सिसौ जस्ता रुखहरूको लागि र कृषिका लागि अनुपयुक्तता

ग. रातो फुस्रो माटो (पहेँलो माटो)

- ❖ पाइने स्थान : महाभारतका ठाडा भीरहरू
- ❖ रंग : रातो, फुस्रो वा पहेँलो
- ❖ बनावट : ऋतु अपक्षयबाट टुक्रिएका चट्टानमा सडका भारपता
- ❖ बाली : चिया, आलु, मकै, कोदो र फलफूल
- ❖ विशेषता : चुन, नाइट्रोजन र फस्फोरस जस्ता खनिज कम पाइने

घ. तलैया माटो (कालो माटो)

- ❖ पाइने स्थान : उपत्यका लगायतका क्षेत्रहरूमा
- ❖ बनावट : तालहरू सुकेर जसमा प्रशस्त सडका भारपातहरू हुने
- ❖ रंग : कालो
- ❖ विशेषता : जैविक पदार्थ प्रशस्त पाइने भएकाले कृषिका लागि उपयुक्त
- ❖ बाली : धान, गहुँ, सागपातका लागि राम्रो
- ❖ काठमाडौँको पाइने माटो

ङ. हिमाली माटो

- ◆ पाइने स्थान : भित्री हिमाल र उच्च हिमालको फेदीमा
- ◆ बनावट : हिमनदीले थुपारेको बालुवा, कड्कड, पत्थरबाट
- ◆ विशेषता : जैविक पदार्थ कम पाइने भएकाले कृषिका लागि अनुपयुक्त
- ◆ वाली : मकै, जौ, आलु, फापर केही मात्रामा

वन

- सन् १९५४ को तथ्याङ्क अनुसार देशको ४५ प्रतिशतभन्दा बढी भू-भाग जङ्गलले ढाकेको थियो।
- सन् २०१४ को वन सर्वेक्षणले हाल वनक्षेत्र ४४.७४ प्रतिशत पुगेको तथ्य खुलासा गरेको छ।
- विगतका दशकहरूमा आवास तथा पुनर्वासका लागि धेरै ठाउँहरूमा वन फट्टानी गरियो भने कतिपय क्षेत्रहरूमा वनको अतिक्रमण भयो।
- नेपालमा हाल वन ऐन, २०७६ कार्यान्वयनमा आएको छ।
- वन ऐन, २०७६ को प्रमाणीकरण मिति २०७६ आश्विन २७ मा भएको हो।
- वन ऐन, २०७६ मा १७ वटा परिच्छेद र ८७ वटा दफाहरू रहेका छन्।

नेपालको भू-धरातल तथा वनजङ्गलको विविधताको आधारमा वनलाई ५ भागमा गरिएको वर्गीकरण

वनस्पतिको प्रकार	उचाइ	पाइने क्षेत्र	मुख्य वनस्पतिहरू
उष्णप्रदेशीय सदाबहार	५९ मिटर देखि १,२०० मिटरसम्म	तराई, भावर, दुन, चुरे	साल, सिसौ, खयर, सिमल
समशितोष्ण पतझर	१,२०१ मिटर देखि २,१०० मिटरसम्म	चुरेको माथिल्लो र मध्यभाग र महाभारतको तल्लो भाग	साल, सल्ला, देवदारु, चाँप, कटुस, ओखर, गुराँस, पिपल, चिलाउने, वर, बाँस, सिमल, उत्तिस, पलाँस,

			लाकुरी, चाँप
समशीतोष्ण सदाबहार कोणधारी	२,१०१ मिटरदेखि ३,३५० मिटरसम्म	महाभारतको माथिल्लो भाग र हिमालको तल्लो भाग	चाँप, सल्ला, देवदारु, कटुस, धुप्रा, सीमल, चिलाउने, वेतबास, उत्तिस, बाँस, गुराँस, भोजपत्र
लेकाली वनस्पति वा घाँसे मैदान	३,३५१ मिटरदेखि ५,००० मिटरसम्म	कम वर्षा हुने पहाडी तथा तल्लो हिमाली क्षेत्र	गुराँस, निगाले, बुकीफूल, जडिबुटीहरू
शीत मरुभूमि वनस्पति/टुण्ड्रा	५,००० मिटर माथि	उच्च हिमाली क्षेत्र	काई, लेउ र भ्याउ

खनिज

पृथ्वीभित्र रहेका तामा, कोइला, चुनढुङ्गा, पेट्रोलियम पदार्थ, ग्याँस, खरी, गेरु, सिसा, म्याग्नेसाइट, स्लेट आदिलाई खनिज भनिन्छ। नेपालमा खनिज पदार्थको उत्खननलाई अभि प्रभावकारी बनाउनका लागि वि.सं. २०२४ मा भौगर्भिक विभागको स्थापना गरियो।

- ◆ जमिनभित्र लुकेर रहेका खानीबाट प्राप्त हुने प्राकृतिक सम्पदालाई के भनिन्छ ? खनिज पदार्थ
- ◆ नेपालको सबैभन्दा उच्च गुणस्तरको फलामखानी कहाँ छ ? फूलचोक
- ◆ नेपालमा सबैभन्दा धेरै प्रयोगमा ल्याइएका प्रमुख ४ खनिज पदार्थहरू केके हुन् ? चुनढुङ्गा, म्याग्नेसाइट, स्लेट, सिसा (**चुम्पा ससि**)
- ◆ नेपालमा सबैभन्दा ठूलो तामाखानी कहाँ रहेको छ ? बुद्धखोला (बन्दिपुर)
- ◆ पृथ्वीमा पाउने धातुहरूको सूचीमा सुन कति औं स्थानमा पर्दछ ? ७३ औं स्थानमा
- ◆ पित्तल कुन कुन धातु मिलेर बनेको हुन्छ ? तामा र जस्ता

- ❖ नेपालको कुन नदीको किनारमा युरेनियम पाइन्छ ?
चमेलिया नदी किनारमा

नेपालमा खनिज साधनका सम्भाव्य क्षेत्र

- ❖ फलाम : नवलपुरको धौवादी, फूलचोकी, ठोसे, चितवन, कुलेखानी, भैसे, प्युठान
- ❖ तामा : तामाखानी, सीमाखानी, कुलेखानी, बुद्धखोला (बन्दीपुर), चिसापानी
- ❖ अभ्रख : भोजपुर, डोटी, चैनपुर, सिन्धुलीगढी
- ❖ चुनदुङ्गा : चोभार, भैसे, धनकुटा, मोरङ
- ❖ सिसा : गणेश हिमाल, फूलचोकी, मकवानपुर
- ❖ जस्ता : गणेश हिमाल, फूलचोकी
- ❖ गन्धक : चिसापानी गढी, गोसाँइकुण्ड
- ❖ खरी : सिन्धुपाल्चोक, खोटाङ
- ❖ मार्बल : गोदावारी
- ❖ गेरु : सिन्धुपाल्चोक, चौतारा
- ❖ कोइला : दाङ, सल्यान, चौतारा, चितवन
- ❖ सुन : सुनकोशी, बुढीगण्डकी, रिउ खोला, कालीगण्डकीको बगर
- ❖ चाँदी : चिसापानी गढी, बाग्लुङ, फूलचोकी
- ❖ सोडा : सल्यान, डोटी
- ❖ सिधेनून, वोरेनून : रसुवा, स्याप्रुवेँसी
- ❖ म्याग्नेसाइट : दोलखाको खरिदुङ्गा, उदयपुरको कम्युघाट,
- ❖ नुनखानी : मुस्ताङ
- ❖ युरेनियम : चमेलिया नदी किनारमा
- ❖ पेट्रोलियम पदार्थ : दैलेख, मुक्तिनाथ, कोइलाबास, प्युठान, दाङ, चुरे र महाभारतको क्षेत्र
- ❖ कोवाल्ट : पाल्पा, गुल्मी, अर्घाखाँची, धनकुटा
- ❖ निओवेरस (दुर्लभ धातु) : गोरखा, डडेल्धुरा, पालुङ
- ❖ ग्याँस : तराई क्षेत्र, मुक्तिनाथ क्षेत्र र काठमाडौँ उपत्यका
- ❖ निकेल : खोकलिङ, नाम्पा, भोर्ले

नदी

- ❖ ब्राजिल पछि विश्वको दास्रो जलसम्पदामा धनी मुलुक कुन हो ? नेपाल

- ❖ नेपालमा साना ठूला गरी जम्मा कति नदीनालाहरू रहेका छन् ? करिब ६००० हजार
- ❖ डा. हरिमान श्रेष्ठका अनुसार नेपालमा नदीनालाहरूबाट कति विद्युत उत्पादन गर्ने क्षमता रहेको छ ? ८३००० मेघावाट
- ❖ नेपालका नदीहरूको जलभण्डार क्षमता कति रहेको छ ? २ लाख २ हजार मिलियन क्युबिक मिटर
- ❖ पहिलो स्तरका नदीहरूलाई हिमाली पूर्वगामी भनिन्छ भने दास्रो स्तरका नदीहरूलाई के भनिन्छ ? पर्वतीय अनुगामी
- ❖ एउटै नामले दुईतिर बग्ने नदी कुन हो ? राप्ती
- ❖ उद्गम र विलय स्थलका आधारमा नेपालको सबैभन्दा लामो नदी अरुण हो ।
- ❖ नेपालमा दक्षिणबाट उत्तरतर्फ भएर बग्ने नदी कर्मनाशा जसलाई उत्तर वाहिनी नदी पनि भनिन्छ ।
- ❖ नेपालको उत्तर गंगा भनेर चिनिने नदी सानो भेरी ।
- ❖ तिलोत्तमा भनेर तिनाउ नदीलाई चिनिन्छ ।
- ❖ भोटमा मुल भएका ६ वटा नदीहरू कुन कुन हुन् ? अरुण, तमोर, सुनकोशी, तामाकोशी, कर्णाली र त्रिशुली (अ त सु ता क त्रि)
- ❖ नेपालबाट प्रतिवर्ष कति घनमिटर माटो बगेर जान्छ जसले गर्दा बंगालको खाडीमा न्यूमोर नामक टापु बन्दैछ ? २४ करोड
- ❖ ओलाङचुङ्गोलाबाट प्रवेश गर्ने नेपालको एक मात्र नदी कुन हो ? तमोर
- ❖ विश्वको सर्वोच्च स्थानबाट उत्पत्ति भएको नदी कुन हो ? अरुण
- ❖ गंगास्वरुपाको नामले चिनिने नेपालको नदी कुन हो कालीगण्डकी
- ❖ कौमारीस्वरुपाको नामले चिनिने नेपालको नदी कुन हो ? मादी
- ❖ वैष्णवीस्वरुपाको नामले चिनिने नेपालको नदी कुन हो ? सेती
- ❖ लिखु नदीको अर्को नाम के हो ? वरुण
- ❖ तराईमा पुगेपछि वागमती नदीले कुन कुन जिल्लाको सोमानाको काम गर्दछ ? रौतहट र सर्लाही
- ❖ वेत्रावती नदी रसुवा र नुवाकोटको बीचमा पर्दछ ।

❖ नेपालको जलस्रोतले विश्वको जलस्रोतको कति प्रतिशत ओगटेको छ ? २.२७ प्रतिशत

नदीका उत्पत्ति स्थान र बहाव क्षेत्रका आधारमा नेपालको विभाजन

पहिलो स्तरका नदीहरूको परिचय

नदीको नाम	कोशी	गण्डकी	कर्णाली
वहाव क्षेत्र	पूर्वमा कञ्चनजङ्घा हिमालदेखि पश्चिममा लाङ्गटङ हिमालसम्म	पूर्वमा लाङ्गटङ हिमालदेखि पश्चिममा धवलागिरी हिमालसम्म	पूर्वमा धौलागिरी हिमालदेखि पश्चिममा व्यासकृषि हिमालसम्म
प्रमुख विशेषता	सबभन्दा ठूलो नदी	सबभन्दा गहिरो नदी	सबभन्दा लामो नदी
कूल लम्बाइ	१५२ कि.मि. तर भारत र चीन गरी ७२० कि.मि.	३३८ कि.मि.	५०७ कि.मि.
वहाव क्षमता	१५६४ क्युबिक मि./से.	१७१३ क्युबिक मि./से.	१३९६ क्युबिक मि./से.
सिंचित क्षेत्र	३३००० वर्ग कि.मि	२६००० वर्ग कि.मि	४९००० वर्ग कि.मि
विद्युत उत्पादन क्षमता	२२००० मेगावाट	२१००० मेगावाट	३२००० मेगावाट
उपनाम	-दामोदर नदी -विहारको दुःख -बंगालको दुःख	-नारायणी -हरिगंगा	भारतमा घाँघरा
ठूलो/सानो नदी	ठूलो - अरुण सानो - लिखु लामो - अरुण	ठूलो - कालिगण्डकी सानो - त्रिशुली लामो - मस्याङ्दी	ठूलो - हुम्ला कर्णाली सानो - तिला
सहायक नदीहरू (पूर्वदेखि पश्चिमको क्रममा)	तमोर, अरुण, दूधकोशी, लिखु तामाकोशी, सुनकोशी र इन्द्रावती (तअ ठूलो तामा र सुन लिई इन्द्रका जा)	त्रिशुली, बुढीगण्डगी, दराँदी, मस्याङ्दी, मादी, सेतीगण्डकी, कालीगण्डकी (त्रिबुद मममा सेती र काली)	सानोभेरी, ठूलोभेरी, तिला, मुगु कर्णाली, हुम्ला कर्णाली, बुढीगंगा र सेती (सानो ठूलो तिला मुगु र हुम्लाका बुढी सेती)

केही नदीका उद्गमस्थलहरू

नदी	उद्गमस्थल	नदी	उद्गमस्थल
बागमती	बागद्वार	पश्चिम सेती	व्यास हिमाल
मस्याङ्दी	दामोदर	सानो भेरी	धौलागिरी
बुढीगण्डकी	गणेश हिमाल	लिखु	रोल्वालिङ हिमाल
कालीगण्डकी	मुस्ताङ लेक	महाकाली	अपि हिमाल

मादी/सेती	अन्नपूर्ण हिमाल	बुढी गंगा	जगदुल्ला ताल
इन्द्रावती	जुगल हिमाल	विष्णुमती	सपनतिर्थ
दराँदी	बुङ हिमाल	मुगु कर्णाली	लदाख हिमाल
तिनाउ	चुरे पर्वत	फिम्रुख खोला	गौमुखी
ठूलो भेरी	मुकुट हिमाल	मेची	लालीखर्क

सेती नदी	सैपाल हिमाल	कमला	सिन्धुलोगढी
----------	----------------	------	-------------

सम्भन्ने तरिकाहरु :

(बाबा, दाम, गणेशकी बुढी, मुस्ताङकी काली, मासे अ,
इन्द्रका जुंगा, बुद, चुतिया, ठूलो मुकुट व्यास हिमाल

उत्पत्तिका आधारमा नेपालका नदीहरूको विभाजन

क. पहिलोस्तरका नदी

- ♦ उत्पत्ति : हिमालबाट
- ♦ पहिलो स्तरका नदीहरु : सप्तकोशी, सप्तगण्डकी, कर्णाली (७ सहायक नदीहरु) र महाकाली गरी २२ वटा

ख. दोस्रोस्तरका नदी

- ♦ उत्पत्ति : महाभारत पर्वत श्रेणी
- ♦ दोस्रो स्तरका नदीहरु : मेची, कन्काई, त्रियुगा, कमला, बागमती, वाणगंगा, तिनाउ, राप्ती

ग. तेस्रोस्तरका नदी

- ♦ उत्पत्ति : शिवालिक पर्वत श्रेणी (चुरे)
- ♦ तेस्रोस्तरका नदीहरु : सिसिया, तिलावे, जमुनी, रातो, हर्दिनाथ, डडुवा, सुनसरी, अर्जुन खोला, रिउ खोला

नेपालका ताल, कुण्ड र पोखरीहरु

कजिन सारा लेक

- ♦ विश्वको सबैभन्दा अग्लो स्थानमा रहेको ताल कुन हो ? कजिन सारा लेक
- ♦ कजिन सारा लेक कुन जिल्लामा पर्दछ ? मनाङ
- ♦ कजिन सारा लेक मनाङ जिल्लाको सदरमुकाम चामे गाउँपालिकामा पर्दछ।
- ♦ कजिन सारा लेक कति उचाइमा अवस्थित छ ? ५ हजार २ मिटर
- ♦ कजिन सारा लेक भन्दा पहिला कुन ताललाई विश्वको सबैभन्दा उचाइमा रहेको ताल मानिन्थ्यो तिलिचो ताल

तिलिचो ताल

- ♦ विश्वको सबैभन्दा दोस्रो अग्लो स्थानमा रहेको ताल तिलिचो तालको उचाइ कति रहेको छ ? समुन्द्र सतहदेखि ४,९९९ मिटर

पश्चिममा, सानो भेरी धौलागिरी, लिखाको रोल, अपिकी श्रौमती महाकाली, बुज, भगवान विष्णुको तिर्थ गर्ने, मुल, भिगो, मेचीका मानिसले धेरै लाली लगाउँछन्, सेसै, कमलामाई नगरपालिका सिन्धुलीमा)

- ♦ यो ताल कहाँ अवस्थित छ ? मनाङ जिल्लामा
- ♦ यस तालको उत्तरतिर निलगिरी हिमाल पर्दछ भने दक्षिणतर्फ कुन हिमाल पर्दछ ? अन्नपूर्ण
- ♦ यस ताललाई अरु के नामले पनि चिनिन्छ ? तिरि-चो वा तिलिचो
- ♦ तिलिचो तालको गहिराइ कति रहेको छ ? २०० मिटर

फोक्सुण्डो ताल

- ♦ डोल्पा जिल्लामा अवस्थित फोक्सुण्डो ताल समुन्द्र सतहबाट कति उचाइमा छ ? ३,६९३ मिटर
- ♦ यस तालमा किन जीवात्मा पाईँदैनन् ? अत्यन्तै चिसो भएकाले
- ♦ फोक्सुण्डो तालको निकासको रुपमा कुन भरना रहेको छ ? सुलागाँड करिब १७६ मिटरको
- ♦ यस तालको स्थानीय नाम के हो ? रिग्मो वा रिग्म
- ♦ कुन ताललाई निर्जिव ताल पनि भनिन्छ ? फोक्सुण्डो
- ♦ वि.सं. २०६९ सालमा सरकारी टोलीले गरेको सर्वेक्षण अनुसार यसको गहिराइ १४५ मि. रहेको छ
- ♦ यस तालको लम्बाइ ४.८२ र चौडाइ १.६९ किलोमिटर रहेको छ।
- ♦ तीनकुने तालको रुपमा रहेको यो तालको आकार कस्तो रहेको छ ? Y आकारको

रारा ताल

- ♦ नेपालको सबैभन्दा ठूलो
- ♦ २,९९० मिटर उचाइमा अवस्थित
- ♦ १६७ मिटर गहिराइ
- ♦ महेन्द्रताल पनि भनिने (वि.सं. २०२० चैत्र १३)
- ♦ मगु जिल्लामा पर्ने
- ♦ पश्चिमको रानी पनि भनिने
- ♦ काञ्जिरोवा र सिस्ने हिमालको छायाँ देखिने

- ❖ निस्केको खोलाको नाम खत्याड
- ❖ ५.२ किलोमिटर लम्बाई र २.४ किलोमिटर चौडाइ गरी क्षेत्रफल १०.८ वर्ग किलोमिटर (करिब ११ वर्ग किलोमिटर)
- ❖ गाई, गोरुको खुरको आकार

च्छो रोल्पा हिमताल

- ❖ दोलखा जिल्लामा पर्ने यो ताल कति उचाइमा अवस्थित छ ? समुन्द्र सतहदेखि ४,५८० मिटर
- ❖ यस तालमा किन साइफन जडान गरिएको छ ? विस्फोटन हुने खतरामा भएकाले
- ❖ फुटेको तालको उपनामले चिनिने ताल कुन हो ? च्छो रोल्पा हिमताल
- ❖ नेपालको सबैभन्दा ठूलो हिमताल कुन हो ? च्छो रोल्पा
- ❖ च्छो रोल्पा हिमतालको लम्बाइ ३ किलोमिटर र चौडाइ ०.५ किलोमिटर रहेको छ।
- ❖ यो तालको गहिराइ १०० मिटर (नेपालको सबैभन्दा ठूलो हिमताल) रहेको छ।
- ❖ यो तालमा करिब ८ करोड घन मिटर पानी रहेको अनुमान गरिएको छ।
- ❖ सन् १९९७ मा विस्फोटनको खतराबाट बचाउनका लागि पानी निकास गर्न ५ वटा साइफन जडान गरि पानी निसृत गरिएको (स्विस सरकारको सहयोगमा) हो।

रानी पोखरी

- ❖ रानी पोखरीको निर्माण कसले गरेका हुन् ? राजा प्रताप मल्लले
- ❖ राजा प्रताप मल्लले किन रानी पोखरीको निर्माण गरेका थिए ? आफ्नो रानीलाई पुत्र शोकमा सान्त्वना दिलाउन
- ❖ यो पोखरीको लम्बाइ १८० मिटर, चौडाइ १४० मिटर छ भने क्षेत्रफल कति रहेको छ ? भण्डै ३२ रोपनी
- ❖ यस पोखरीको उत्तर पूर्व र उत्तरपश्चिम कुनामा भैरव, दक्षिणपूर्व कुनामा महालक्ष्मी छ भने दक्षिणपश्चिम कुनामा के रहेको छ ? सोइ हाते गणेश

- ❖ रानी पोखरीको निर्माण कहिले गरिएको हो ? वि.सं. १७२७ मा

टौदह

- ❖ टौदह कुन स्थानमा अवस्थित छ ? काठमाडौं
- ❖ टौदहलाई कुन नागको वासस्थान मानिन्छ ? कर्कोटक नागको
- ❖ यो ठाउँ के का लागि आकर्षक छ ? चराहरुको अध्ययन र अनुसन्धानका लागि
- ❖ यो ८४ रोपनी जलक्षेत्र सहित कति रोपनीमा फैलिएको छ ? ९६ रोपनी

घोडाघोडी ताल

- ❖ हत्केला आकारको घोडाघोडी ताल कुन जिल्लामा पर्दछ ? कैलाली
- ❖ यस तालको नाम घोडाघोडी किन रहेको हो ? तालको छेउमा घोडाघोडी मन्दिर रहको र सोही मन्दिरको आधारमा तालको नामाकरण गरिएको हो
- ❖ यो ताल कति हेक्टर क्षेत्रफलमा फैलिएको छ ? १३८ हेक्टर
- ❖ कपिल तालको नामले चिनिने ताल कुन हो ? घोडाघोडी ताल
- ❖ योगी नरहरिनाथले घोडाघोडी ताललाई कहिले कपिल ताल भनी नामाकरण गर्नुभयो ? वि.सं. २०५२

गोसाईकुण्ड

- ❖ गोसाईकुण्ड कुन जिल्लामा पर्दछ ? रसुवा जिल्ला
- ❖ गोसाईकुण्डमा कहिले ठूलो मेला राख्दछ ? जनैपूर्णिमाको दिन
- ❖ यस ताल कति उचाइमा रहेको छ ? ४,६०२ मिटर कतै (४७०० मिटर पनि)
- ❖ नेवारी भाषामा शिलु तिर्थ पनि भनिने।
- ❖ यस स्थानमा भगवान शिवको वासस्थान रहेको मानिन्छ।

इन्द्रसरोवर

- ❖ यो ताल मकवानपुर जिल्लामा पर्दछ।
- ❖ यस तालको क्षेत्रफल ७ वर्ग कि.मि. (नेपालको सबभन्दा ठूलो मानव निर्मित जलाशय) रहेको छ।

- ◆ कुलेखानी जलविद्युत परियोजनाको वि.सं. २०३८ सालमा निर्मित यो ताललाई युवराज्ञी इन्द्रराज्य लक्ष्मी देवी शाहको स्मृतिमा "इन्द्र सरोवर" नामाकरण गरिएको हो ।
- ◆ यो ताल मत्स्य पालन र पर्यटकीय दृष्टिले आकर्षक स्थल बन्न पुगेको छ ।

बेगनास ताल

- ◆ बेगनास ताल कुन जिल्लामा पर्दछ ? कास्की
- ◆ रुपाताल र बेगनास ताललाई कुन डाँडाले छुट्टाएको छ ? पन्चभैया
- ◆ यो ताल कति हेक्टर क्षेत्रफलमा फैलिएको छ ? २२५ हेक्टरमा

रुपा ताल

- ◆ यो ताल कुन जिल्लामा पर्दछ ? कास्की जिल्ला

- ◆ रुपा ताल समुन्द्री सतहदेखि कति उचाइमा रहेको छ ? समुन्द्री सतहदेखि ७०१ मिटर उचाइमा अवस्थित
- ◆ ४.५ मिटर गहिराइ भएको रुपा ताल कति हेक्टर क्षेत्रफलमा फैलिएको छ ? १२० हेक्टर

बीसहजारी ताल

- ◆ अवस्थिति : चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जको मध्यवर्ती क्षेत्रमा पूर्व-पश्चिम हाई-वे बाट करिब २० हजार फिटको दूरीमा
- ◆ क्षेत्रफल : सिमसार क्षेत्रले ३,२०० हेक्टर
- ◆ सिमसार क्षेत्रमा समावेश : सन् २००३ अगस्त १३ यो मध्य तराईको संरक्षित क्षेत्र हो जुन महाभारत पर्वत र चुरे पर्वत पालाको बीचमा पर्छ ।

नेपालका अन्य केही प्रसिद्ध ताल, कुण्ड र पोखरीहरू

क्र.सं.	ताल, कुण्ड, पोखरी	स्थान (जिल्ला)
१	मैदी ताल, बढुवा ताल, स्याखुताल, पञ्चासे ताल, शान्तिकुण्ड, दिपाङ, फेवा, बेगनास, रुपा	कास्की (मै बढुवा हनु स्याखु ओडी शान्तिपूर्वक पञ्चासे पुगे)
२	बीसहजार ताल, नन्द भाउजू ताल, बैकुण्ठे ताल, कसरा ताल, मुजुरा ताल, तमोरघैला ताल, चेपाङ ताल, सोह्र हजार ताल, गडुवा ताल	चितवन (तमोर गई विसहजारमा नन्द भाउजूले मुजुरा किने र कसराको चेपाङलाई दिए)
३	गैडहवा, लौसा, सग्रहवा ताल, गजेडो ताल	रुपन्देही (लौ गजेडोले गैडा संग्रह गर्‍यो)
४	जाखिरा ताल, जगदीशपुर, लम्बसागर	कपिलवस्तु (ल जा जगदिश कपिलकोमा)
५	घोडाघोडी ताल	कैलाली
६	बुलबुले ताल	सुर्खेत
७	बेतकोटे दह, रानी ताल, बन्दा, फिलिमिला ताल	कञ्चनपुर (बेतकोटेमा फिलिमिल बल्ने रानी कञ्चन छिन्)
८	खप्तड ताल, सुन दह	डोटी
९	इन्द्रसरोवर	मकवानपुर
१०	नागदह, कमलपोखरी, पानी पोखरी, टौदह, कटुवाल दह, इन्द्रदह	काठमाडौं (इन्द्र कटुवाल टौरा टेकी पानी लिएर नागको पूजा गर्न कमल पोखरी)
११	गङ्गासागर, अमृतकुण्ड, ज्ञानकुण्ड, धनुषासागर, रामसागर, रत्नसागर, परशुरामकुण्ड	धनुषा (राम रत्न र धनुष लिई गंगामा)
१२	महाराजा सुन्वर्षी पोखरी, चुली पोखरी	मोरङ
१३	माइदिया पोखरी, वज्जारी ताल, घरिजर्वा ताल, छपकैया ताल, बैघीमई पोखरी	पर्सा

१४	सुर्मा सरोवर	बभाङ
१५	पञ्चासे ताल	स्याङ्जा, पर्वत र कास्की
१६	गिरी दह, शेष दह, विष्ट दह	जुम्ला
१७	सुना दह	छोल्पा र बाग्लुङ जिल्लाको सीमा क्षेत्र
१८	गुफा पोखरी, सभापोखरी, सिद्ध पोखरी, मत्स्य पोखरी	संखुवासभा (गुफामा बसी सिद्ध गरौ मत्स्यपालन ठिक छ)
१९	माई पोखरी	इलाम
२०	जटापोखरी, च्छो-रोल्पा ताल	दोलखा
२१	भाले बास्ने ताल	म्याग्दी
२२	बाइकुने ताल, भोटेदह, चरिङ्गे दह, किच्चकनी दह	दाङ (भोटे दाई दाङको बाइकुनामा स्याङ्लाङ गर्ने चरिङ्गे किचकनी छ)
२३	गणेशकुण्ड, गोसाइकुण्ड, नागकुण्ड, सरस्वतीकुण्ड, दुधकुण्ड, सूर्यकुण्ड, पार्वतीकुण्ड, भैरव कुण्ड	रसुवा
२४	बहुला पोखरी, पाँचपोखरी, तारा खसेको पोखरी, नारायण पोखरी	सिन्धुपाल्चोक (नारायणदाई ताराखसेपछि पाँचपटक ब्रुहलाय)
२५	ऋणमोक्ष दह, छायाँनाथ दह, पापकुण्ड, रारा	मुगु (छाँयानाले ऋणमोक्ष गरी पापबाट मुक्ति हुन रारा गयो)
२६	सत्यवती ताल, सुर्केताल, नन्दन ताल	पाल्पा (सुन सत्यवती)
२७	बुलबुल ताल, सिम्री दह, मुरली दह	सुर्खेत
२८	कामिनी दह	बारा (बाका)
२९	रुक्मिणी दह, स्यापु दह, रुकुमकोट दह	रुकुम
३०	दामोदर कुण्ड	मुस्ताङ
३१	रौताहा पोखरी, जोगी दह	उदयपुर (जोगीको रौ)
३२	बज्जारी ताल	पर्स
३३	रुद्र ताल, जलपा ताल, गनाउने ताल, भुईँफुदया ताल	बाग्लुङ (रुद्र जल गनाउने भूँइ)
३४	फोक्सुण्डो, पृथा दह, जगदुल्ला	छोल्पा
३५	खरीवराह ताल	पर्वत
३६	कल्छुमन ताल, रुक्चे ताल, कालताल, नागताल	गोरखा (नागले डस्यो भने काल आउँछ कल्छुमन दाई रुक्चे हुने होइन)
३७	तिलिचो ताल, पुगेन ताल, केजिन सारा लेक	मनाङ
३८	बराह ताल	खोटाङ
३९	साल्पापोखरी, बाराही पोखरी	भोजपुर
४०	कुभिन्डे दह	सल्यान
४१	देउपोखरी, इन्द्रपोखरी	लमजुङ (देउ इन्द्र)
४२	जोरपोखरी, सुर्केपोखरी	पाँचथर (पाचजोर)
४३	बर्दिया	बुट्टिया ताल

४४	ठाढा दह	अर्घाखाँची
४५	पातारी पोखरी, बाबा ताल	सिरहा
४६	सूर्यकुण्ड	सुनसरी
४७	दिमी पोखरी	रामेछाप
४८	चिङलिङ पोखरी	तेह्रथुम
४९	सिन्धु ताल, जलजले पोखरी, लामापोखरी, काली पोखरी, तीनपोखरी	ताप्लेजुङ

मानव निर्मित पोखरीहरू :

रानी पोखरी, पानीपोखरी, कमलपोखरी, नागपोखरी - काठमाडौं,
सिद्धपोखरी - भक्तपुर,
इन्द्रसरोवर (कुलेखानी) - मकवानपुर

नेपालका केही भरनाहरू :

नेपालकोलामो भरना : कालिकोटको पचाल (३८९ मिटर)
नेपालको दोस्रो लामो भरना : ह्यातुङ जुन तेह्रथुम जिल्लामा पर्दछ र लम्बाई ३६५ मिटर
टोङ्के भरना : इलाम,
टिपटला भरना, इलाम डाँडा : ताप्लेजुङ
पोकली, चिखुवा, रातमाटे भरना : ओखलढुङ्गा,
छहरे भरना, बैकुण्ठे भरना : पाल्पा
सोताखोला भरना, तिलखुवा भरना : अर्घाखाँची
फुङफुङ भरना : नुवाकोट
ओढारीखोलाको भरना, खुवा भरना : उदयपुर
रुप्से भरना, बोक्सी भरना : म्याग्दी
चेपेनदीको भरना : मनाङ
द्वारी खोलाको भरना : दैलेख
सेति नदीको भरना : बझाङ
खहरेखोलाको भरना, गंगा जमुना भरना : धादिङ
सुलिगढ भरना (पाउलीगढ) भरना, खालीवन भरना, टिप्ला भरना, छाङखोला भरना : डोल्पा
जोरपानी भरना : डोटी
सहस्रधाराको भरना:पर्वत
दिप्रुङ: खोटाङ

नेपालका केही घाँटी तथा भञ्ज्याङहरू :

संखुवासभामा (छिरोपो उभा) -

छिनचोभा, रागला, पोपटि, उम्बक, भाटभटेनी

गोरखामा (मैया लाला थाप् ग्याला) -

मैलाट सचिङ, यान्दोल, लार्के, लान्जुङ, थाप्ले र ग्याला भञ्ज्याङ

ताप्लेजुङमा (चाटि खा फि घा)-

चाबुक, टिपटला, खाङ्लो, भिनसाङ र घाङ्ला भञ्ज्याङ

हुम्लामा (चि.स.लो.चा.ला)

चिमाला, सपे, लोलुङ, चाङ्ला, लाप्चे

मुस्ताङ (चाप छफा)

चाङचुमो, पचे, छाटाङ, फाङफुङ्ला

डोल्पा (याया आमा खु कापी मे ज्या)

यानाङ, याला, आररिम, मारिम, खुङ, काङकुङ, पिण्डु, मेङ्ला, ज्याङचे

टिंकर भञ्ज्याङ -दाचुंला, उराई भञ्ज्याङ -बभाङ,

मनाङमा -लुगुला भञ्ज्याङ

नाम्जा भञ्ज्याङ-मुगु नाङ्पा-सोलुखुम्बु

- ❖ तराई क्षेत्रमा उष्ण मनसुनी हावापानी पाइन्छ, यहाँ गृष्मयाममा तापक्रम ४२ डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म पुग्छ।
- ❖ यस क्षेत्रमा २०० से.मि. सम्म वर्षा हुने गर्दछ। यस क्षेत्रमा हिउँदमा भने ५ डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म तापक्रम हुने गर्दछ।
- ❖ पहाडको तल्लो भागमा न्यानो समशीतोष्ण तथा उच्च भागमा ठण्डा समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ।
- ❖ यिनीहरूमा १०० से.मी. भन्दा बढी पानी पर्दछ।
- ❖ यस क्षेत्रमा गृष्मयाममा ३० डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म तापक्रम पुग्दछ भने हिउँदमा ० डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म हुने गर्दछ।
- ❖ हिमाली क्षेत्रमा लेकाली तथा धुवीय हावापानी पाइन्छ।
- ❖ हिमाली क्षेत्रमा हिउँदमा ० डिग्री भन्दा कम तापक्रम हुने गर्दछ
- ❖ नेपालमा मनसुन पूर्वबाट सुरु हुने गर्दछ र हिउँदको वर्षा भने पश्चिमबाट सुरु हुन्छ।
- ❖ नेपालको सबैभन्दा धेरै वर्षा कास्कीको लुम्लेमा हुन्छ भने कम वर्षा मुस्ताङमा हुने गर्दछ।
- ❖ नेपालमा हिमाली क्षेत्रमा जलवायु परिवर्तनको दर उच्च रहेको छ।

हावापानीले नेपाली जनजीवनमा पारेको प्रभाव

क. तराई प्रदेशमा पाइने उष्ण मनसुनी हावापानी र जनजीवनमा परेको प्रभाव

- ❖ धेरै गर्मी हुने भएकाले पातलो र हावा छिने खालको कपडाहरूको प्रयोग गरिन्छ।
- ❖ कृषिका लागि उपयुक्त माटो र पर्याप्त वर्षा हुने भएकाले खेतीपाती मुख्य पेशा रहेको छ।
- ❖ गर्मी धेरै हुने भएकाले शारीरिक विकास छिटो हुने र प्रजनन परिपक्वता छिटो आउने हुन्छ।
- ❖ डुबान र सर्पबाट बच्न अग्ला किसिमका घरहरू निर्माण गरिन्छ।
- ❖ गर्मीमा लु लाग्ने र जाडोमा शितलहरले जनजीवन कष्टपद हुने गरेको छ।
- ❖ डुबान, बाढी र कटानले वर्षेनी सयौं घरपरिवार विस्थापित हुने गरेका छन्।

ख. पहाडी प्रदेशमा पाइने समशीतोष्ण हावापानी र जनजीवनमा परेको प्रभाव

- ❖ उपयुक्त तापक्रम रहने भएकाले मानव स्वास्थ्य राम्रो रहने गर्दछ।
- ❖ मानिसहरू कृषि र सेवा पेसामा आवद्ध रहेको हुन्छन्।
- ❖ मानिसहरू फलफूल खेतीमा संलग्न रहेका छन्।
- ❖ पहिरोले सयौं घरपरिवारहरू विस्थापित हुने गरेका छन्।
- ❖ चिया, कफी, दुग्ध व्यवसाय, मौरीपालन लगायतका कृषिमा मानिसहरू आवद्ध रहेका छन्।
- ❖ भौगोलिक विकटता भएका स्थानहरूमा बसाइँसराइदर तीव्र रहेको छ।

ग. हिमाली प्रदेशमा पाइने लेकाली तथा टुण्ड्रा हावापानी र जनजीवनमा पारेको प्रभाव

- ❖ चिसो हावापानी भएकाले मानिसको वृद्धि विकास ढिलो हुने गर्दछ।
- ❖ कृषिका लागि उपयुक्त जमिन नरहेको।
- ❖ पशुपालनर जडिबुटीको लागि उपयुक्त हावापानी रहेको छ।
- ❖ चिसोका कारण मानिसहरू बाक्ला लुगा लगाउँछन् र तातो खानेकुरा खान्छन्।
- ❖ हिउँबाट बच्न घरहरू होचा खालका बनाइएका हुन्छन्।
- ❖ ज्यादै चिसो र पूर्वाधारको न्यून उपलब्धताले बसाइँसराइमा तीव्रता आएको छ।
- ❖ जलवायु परिवर्तनका कारण हिमतालहरू फुट्न सक्ने सम्भावनाले खतरा निम्ताएको छ।

व्यापारिक वायु

- ❖ अधोष्ण उच्च चापपेटीबाट भूमध्यरेखीय न्यून चापपेटीतर्फ निरन्तर बहने वायुलाई व्यापारिक वायु भनिन्छ।
- ❖ व्यापारिक वायुलाई वाणिज्य वायुका नामले पनि चिनिन्छ।
- ❖ व्यापारिक वायु उत्तरी गोलार्द्धमा उत्तरपूर्वबाट दक्षिण पश्चिम र दक्षिणी गोलार्द्धमा दक्षिण पूर्वदेखि उत्तर पश्चिमतर्फ बहन्छ।

- ❖ यो हिमाली प्रदेश र तराई प्रदेशको बीचमा रहेको मध्य प्रदेश हो ।
- ❖ यस क्षेत्रको उत्तरमा पूर्वदेखि पश्चिमसम्म फैलिएको महाभारत पर्वत शृंखला रहेको छ ।
- ❖ यस प्रदेशको दक्षिणमा पूर्वदेखि पश्चिमसम्म फैलिएको चुरे पर्वत रहेको छ ।
- ❖ यस प्रदेशले कुल भू-भागको ६८ प्रतिशत भू-भाग ओगटको छ ।
- ❖ स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०३४ अनुसार यस प्रदेशमा २८ वटा जिल्लाहरू रहेका छन् ।
- ❖ यस प्रदेशको जनघनत्व १८६ वर्ग किलोमिटर प्रति जना रहेको छ ।
- ❖ हिन्दु धर्मात्म्यीहरूको बाहुल्यता रहेको यस क्षेत्रमा क्षेत्री, वाहुन, मगर, तामाङ्ग, नेवार, गुरुङ्ग आदि जातिको मुख्य बसोबास रहेको छ ।
- ❖ गमोमा बढी गमो नहुने र जाडोमा बढी जाडो नहुने भएकाले बसोबासका लागि अनुकूल तथा मनोरम हावापानी भएको प्रदेश ।
- ❖ यस प्रदेशका मानिसहरू कृषि तथा सेवा पेशामा संलग्न रहेका छन् ।
- ❖ यस प्रदेशमा जातीय र सांस्कृतिक विविधता रहेको छ ।
- ❖ नेपालका दोस्रो र तेस्रो स्तरका नदीहरूको उद्गमस्थल रहेको ।
- ❖ यस प्रदेशमा काठमाडौँ, पोखरा, धनकुटा जस्ता उपत्यकाहरू रहेका छन् ।
- ❖ यो प्रदेश पर्यटकीय दृष्टिकोणले महत्त्वपूर्ण स्थान हो । भेडेटार, ककनी, शैलुङ, धले गाँउ, नगरकोट लगायतका सयौं पर्यटकीय स्थानहरू यस प्रदेशमा रहेका छन् ।

तराई प्रदेशको भौगोलिक अवस्था, जनजीविका र जीवनशैली

- ❖ तराई प्रदेश समुन्द्र सतहबाट ५८ मिटरदेखि ६०० मिटरको उचाइसम्म फैलिएको छ ।
- ❖ पहाडी भागदेखि दक्षिणतर्फ भारतको सीमासम्म पूर्व-पश्चिम फैलिएको नेपालको समतल भू-भागलाई तराई प्रदेश भनिन्छ ।

- ❖ यो समुन्द्र सतहबाट ५९ मिटर देखि ६०० मिटर सम्म फैलिएको छ ।
- ❖ यस प्रदेशमा १८ जिल्लाहरू रहेका छन् ।
- ❖ यस क्षेत्र होचो र समथर भएकाले प्राय जसो गर्म हुन्छ ।
- ❖ अधिक मात्रामा पाँचो माटो, केहि स्थानमा तलैया माटो र बलौटे पत्थरिलो माटो पाइन्छ ।
- ❖ सनपाट, उखु, तेलहन, कपास, धान लगायतका खेतीहरू हुने गर्दछन् ।
- ❖ यस क्षेत्रको जनघनत्व ३९२ प्रति वर्ग कि.मी. रहेको छ ।
- ❖ अन्य क्षेत्र भन्दा आर्थिक तथा सामाजिक विकासमा अगाडी रहेको छ ।
- ❖ यो क्षेत्र नेपालको अन्नको भण्डार हो ।
- ❖ बढी मात्रामा पानी पर्ने भएकाले बाढी, डुबान र कटानको समस्या रहेको छ ।
- ❖ लुम्बिनी, जनकपुरधाम, सौराहा, बाँके राष्ट्रिय निकुञ्ज लगायतका दर्जनी पर्यटकीय स्थलहरू रहेको ।
- ❖ औद्योगिक तथा व्यापारिक दृष्टिले पनि यो प्रदेश महत्त्वपूर्ण मानिन्छ ।
- ❖ यो क्षेत्रले नेपालको १७ प्रतिशत भू-भाग ओगट्छ ।
- ❖ थारु, सतार, राजपुत, राजवंशी, यादव, धानुक आदि जातिहरूको मुख्य बसोबास रहेको छ ।

१.३.३ भौगोलिक विविधता र जनजीवन

भौगोलिक विविधता र जनजीवन

- ❖ जनजीवनलाई प्रत्यक्ष रूपमा के ले असर पार्दछ ? भौगोलिक विविधताले
- ❖ हिमाली प्रदेशमा जनघनत्वको अवस्था कस्तो रहेको छ ? कम
- ❖ हिमाली प्रदेशमा जनघनत्व कम हुनुको कारण के हो ? भौगोलिक विकटता, विषम हावापानी, सेवा सुविधाको अभाव, कष्टकर जीवन आदि ।
- ❖ हिमाली प्रदेशका मानिसहरूले प्रायः कुन धर्म मान्ने गर्दछन् ? बौद्ध धर्म
- ❖ हिमाली प्रदेशमा बसोबास गर्ने मानिसहरूको मुख्य पेशा के हो ? पशुपालन र पर्यटन
- ❖ हिमाली क्षेत्रमा कुन कुन जातिका मानिसहरूको बाहुल्यता रहेको छ ? शेर्पा, भोटे, थकाली
- ❖ हिमाली प्रदेशको तुलनामा पहाडी प्रदेशको भौगोलिक अवस्था सहज रहेको छ ।
- ❖ पहाडी प्रदेशको मुख्य पेशा के हो ? कृषि र सेवा
- ❖ पहाडी प्रदेशमा विशेष गरी कुन धर्मालम्बीहरूको बसोबास रहेको छ ? हिन्दु
- ❖ पहाडी प्रदेशमा बसोबास गर्ने मुख्य जातिहरू के के हुन् ? ब्राह्मण, क्षेत्री र मंगोलियन
- ❖ मानव बसोबासका लागि उपयुक्त हावापानी कुन क्षेत्रलाई मानिन्छ ? पहाडी प्रदेश
- ❖ सरकारले फलफूल खेतीका लागि कुन स्थानलाई प्राथमिकता दिएको छ ? पहाडी प्रदेश
- ❖ अन्नको भण्डार भनेर कुन प्रदेशलाई चिनिन्छ ? तराई
- ❖ भारतीय संस्कृतिसँग मिल्दो जुल्दो रहेको तराई प्रदेशमा बसोबास गर्ने मुख्य समुदायहरू कुन कुन हुन् ? मैथली, भोजपुरी, अवधि आदि ।

हिमाली प्रदेशको भौगोलिक अवस्था, जनजीविका र जीवनशैली

- ❖ हिमाली क्षेत्र समुन्द्र सतहबाट ३३५१ देखि ८८४८.८६ मिटर उचाइसम्म फैलिएको छ ।
- ❖ हिमाली क्षेत्रले कुल क्षेत्रफलको १५ प्रतिशत भू-भाग ओगटेको छ । (२१ जिल्लाले ढाक्ने क्षेत्रफल भने ४२.५ प्रतिशत हुन्छ)
- ❖ स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ अनुसार हिमाली क्षेत्रमा २१ जिल्लाहरू रहेका छन् ।
- ❖ हिमाली प्रदेशको जनघनत्व ३४ वर्ग किलोमिटर प्रति जना रहेको छ ।
- ❖ विश्वका ८ हजार माथीका १४ हिमाल मध्ये ८ वटा हिमाल यसै क्षेत्रमा पर्दछन् ।
- ❖ बौद्ध धर्मालम्बीहरूको बाहुल्यता रहेको यस क्षेत्रमा शेर्पा, थकाली, लामा, भोटेहरूको मुख्य बसोबास रहेको छ ।
- ❖ यस क्षेत्रमा बसोबास गर्ने मानिसहरूको मुख्य पेशा पर्यटन र पशुपालन हो ।
- ❖ चिसो तथा कम कृषियोग्य जमिन भएकाले यस क्षेत्रको जनजीवन कष्टकर रहेको छ ।
- ❖ यस प्रदेशमा भौतिक पूर्वाधारको न्यून उपलब्धता रहेको छ ।
- ❖ यसै प्रदेशबाट पहिलो स्तरका नदी र हिमनदीको उद्गम हुने गर्दछ ।
- ❖ यस प्रदेशमा पाथिभरा, मुक्तिनाथ, गोसाँइकुण्ड लगायतका धार्मिक क्षेत्रहरू छन् ।
- ❖ केजिन सारा लेक, तिलिचो ताल, रारा ताल, शे-फोक्सुण्डो ताल, दामोदर कुण्ड, गोसाँइकुण्ड, टिपताला भरना लगायतका अनेकन प्राकृतिक सम्पदाहरू रहेका छन् ।
- ❖ यो प्रदेशमा यासांगुम्बा, जटामसी, पाँचऔंले, पदमचाल लगायतका जडिबुटीहरू प्रचुर मात्रा पाइन्छ ।

पहाडी प्रदेशको भौगोलिक अवस्था, जनजीविका र जीवनशैली

- ❖ पहाडी प्रदेश समुन्द्री सतहबाट ६०१ मिटर देखि ३३५० मिटर सम्मको उचाइमा फैलिएको छ ।

१.३.८ नेपालमा पाइने हावापानीको किसिम र विशेषता

हावापानी

- ◆ नेपालको हावापानीलाई कति भागमा विभाजन गरिएको छ ? ५ भागमा
- ◆ नेपालको हावापानीलाई प्रभाव पार्ने मुख्य तत्त्व के हो ? धरातलीय उचाइ
- ◆ नेपालमा कतिवटा ऋतुहरू छन् ? ६ वटा

हावापानी र हावापानीलाई प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू

- ◆ छिनछिनमा परिवर्तन हुने वातावरणीय अवस्थालाई मौसम भनिन्छ ।
- ◆ कुनै पनि स्थानको लामो समयको मौसमको औसत अवस्थालाई त्यस स्थानको हावापानी भनिन्छ ।
- ◆ वायुमण्डलको तापक्रम, वायुको चाप, आद्रता, वायुको दिशा आदिलाई समष्टिगत रूपमा हावापानी भनिन्छ ।

नेपालको हावापानीलाई प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू

हावापानीलाई विभिन्न तत्त्वहरूले प्रभाव पार्ने गर्दछ । अक्षांश, उचाइ, जमिन र पानीको वितरण, वायुमण्डलको संरचना, धरातलीय स्वरूप, समुन्द्री धार, वनस्पति आदिले हावापानीलाई प्रत्यक्ष रूपमा असर पार्दछ । नेपालको हावापानीमा प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू निम्न छन् ।

क. उचाइ : प्रत्येक १६५ मिटरमा उचाइमा १ डिग्री सेल्सियस तापक्रम घट्दै जान्छ । नेपालको भौगोलिक बनावट ५८ मिटरको उचाइबाट सुरु भएर ८,८४८.८६ मिटर उचाइसम्म फैलिएको छ । दक्षिण भेग होचो भएकाले यस क्षेत्रमा उष्ण किसिमको हावापानी पाइन्छ र उत्तरी भेग अग्लो भएकाले टुन्ड्रा किसिमको हावापानी पाइन्छ । तराई क्षेत्रमा अधिक पानी पर्ने गर्दछ र हिमाली क्षेत्रमा ज्यादै न्यून वर्षा हुने गर्दछ ।

ख. अक्षांश: ० डिग्री अक्षांशमा सबैभन्दा धेरै गर्मी हुन्छ । अक्षांश बढ्दै जाँदा तापक्रम घट्दै जान्छ । नेपाल उत्तरी अक्षांशमा पर्ने भएकाले दक्षिणबाट उत्तरतर्फ ठण्डा बढ्दै जान्छ ।

ग. वायुको बहाव : समुन्द्रबाट बहने वायुले वर्षा गराउँदछ भने ध्रुवीय वायुले ठण्डा गराउँदछ । नेपालमा मनसुनी वायुको प्रभावले गृष्ममा बढी वर्षा हुने र हिउँदमा कम वर्षा हुने गर्दछ ।

घ. सामुन्द्रिक दूरी : समुन्द्रबाट टाढा रहेको स्थानमा हिउँदमा धेरै जाडो र ग्रीष्ममा धेरै गर्मी हुन्छ । नेपाल भूपरिवेष्टित मुलुक भएकाले नेपालको नजिक पर्ने समुद्र बङ्गालको खाडी हो जुन ११२७ किलोमिटर टाढा रहेको छ । नेपालमा हिउँदमा धेरै जाडो र ग्रीष्ममा धेरै गर्मी हुने गर्दछ ।

ङ. पर्वतको उपस्थिति : पर्वतले जुनसुकै प्रकारको वायु रोक्ने गर्दछ । ग्रीष्म ऋतुमा हिन्द महासागरबाट आउने जलवाष्पयुक्त हावापानीलाई पर्वतले रोक्ने नेपालमा वर्षा गराउँदछ ।

च. जमिनको ढाल : समुन्द्रतर्फ फर्केको जमिनको ढालमा ओसिलो हुन्छ भने समुन्द्रको विपरीत दिशातर्फ फर्केको जमिनको ढालमा सुख्खा हावापानी पाइन्छ ।

छ. वनस्पति : घना जंगल भएको स्थानमा आद्रता बढी हुन्छ र पानी बढी पर्दछ । हावापानी र वनस्पतिबीच प्रत्यक्ष सम्बन्ध रहेको हुन्छ ।

ज. माटो : बलुटे माटो छिटो तात्छ र छिटो नै सेलाउँछ भने पांगो माटो भएको स्थानहरूमा हावापानी विषम हुन पाउँदैन ।

हावापानीलाई प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू

- ◆ हावापानीलाई उचाइ, अक्षांश, समुन्द्रदेखिको दूरी, जमिनको ढाल, वनस्पतिको उपलब्धता, पर्वतको उपस्थिति, वायुको बहाव, माटो आदिले प्रभाव पार्दछ ।

नेपालमा पाइने हावापानीका प्रमुख विशेषताहरू

नेपाल भौगोलिक विविधतायुक्त मुलुक हो । भौगोलिक विविधताले नेपालको हावापानीमा पनि विविधता ल्याएको छ । नेपालमा पाइने हावापानीका प्रमुख विशेषताहरू निम्न छन् :

- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : पाटे बाघ, एकसिंगे गैडा, चितुवा, रतुवा, चित्तल, घडियाल गोही, मगर गोही, अजिङ्गर
- ❖ विशेषता : नेपालको पहिलो राष्ट्रिय निकुञ्ज, सबैभन्दा धेरै पर्यटक घुम्न जाने राष्ट्रिय निकुञ्ज

२. लाङटाङ राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०३२
- ❖ अवस्थित जिल्ला : रसुवा, नुवाकोट र सिन्धुपाञ्चोक
- ❖ क्षेत्रफल : १७१० वर्ग कि.मि.
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : चितुवा, हाब्रे (रातो पाण्डा), कस्तुरी मृग, रतुवा, भारल, घोरल, थार, जङ्गली भेडा, भालु
- ❖ विशेषता : रेडपाण्डाका लागि प्रख्यात

३. सगरमाथा राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०३२
- ❖ अवस्थित जिल्ला : सोलुखुम्बु
- ❖ क्षेत्रफल : ११४८ वर्ग कि.मि.
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : कस्तुरी मृग, डाँफे, चिलिमे, हिउँ चितुवा, हिमाली भालु, थार।
- ❖ विशेषता : सर्वाधिक उचाइमा रहेको राष्ट्रिय निकुञ्ज

४. रारा राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०३२
- ❖ अवस्थित जिल्ला : मुगु, जुम्ला
- ❖ क्षेत्रफल : १०६ वर्ग कि.मि.
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : हिमाली भालु, घोरल, थार, बंदेल र विविध जातका चराचुरुङ्गी
- ❖ विशेषता : सबैभन्दा सानो राष्ट्रिय निकुञ्ज

५. बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०३२
- ❖ अवस्थित जिल्ला : बर्दिया
- ❖ क्षेत्रफल : ९६८ वर्ग कि.मि.
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : बाघ, भालु, चितुवा, कृष्णसार, बाइसिङ्गे, घोडगदाह, जरायो, हात्ती, गैडा, गोही, सौस तथा विविध जातका चराहरु

- ❖ विशेषता : कृष्णसारका लागि प्रसिद्ध र सुरुमा कर्णाली वन्यजन्तु आरक्षको रूपमा स्थापित।

६. शे-फोक्सुण्डो राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०४०
- ❖ अवस्थित जिल्ला : डोल्पा, मुगु
- ❖ क्षेत्रफल : ३५५५
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : हिउँ चितुवा, तिब्बती खरायो, निलो भेडा, नाउर, कस्तुरी मृग, जङ्गली याक
- ❖ विशेषता : नेपालको सबैभन्दा ठूलो राष्ट्रिय निकुञ्ज

७. खप्तड राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०४२
- ❖ अवस्थित जिल्ला : बझाङ, बाजुरा, डोटी, अछाम
- ❖ क्षेत्रफल : २२५ वर्ग कि.मि.
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : रतुवा, कस्तुरी मृग, घोरल, चरीबाघ, चितुवा, जङ्गली कुरुर, वन बिरालो, साथै डाँफे, मुनाल जस्ता चराहरु पाइने
- ❖ खप्तड बाबाको नामबाट नामाकरण गरिएको।

८. मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०४९
- ❖ अवस्थित जिल्ला : सङ्खुवासभा र सोलुखुम्बु
- ❖ क्षेत्रफल : १५०० वर्ग कि.मि.
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : विश्वका दुर्लभ वनस्पति र हिमाली कालो भालुजस्ता प्राणिहरु
- ❖ विशेषता : पहिलो नदेखिएको छिर्केमिके रेन बेक्लर, ओलिफ ग्राउण्ड, चार्वलभर जनावर देखिएका

९. शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ❖ स्थापना : २०५८
- ❖ अवस्थित जिल्ला : काठमाडौं, नुवाकोट, सिन्धुपाञ्चोक र धादिङ
- ❖ क्षेत्रफल : १५९ वर्ग कि.मि.
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावर : ध्वाँसे चितुवा, आसामी बाँदर, सालक
- ❖ विशेषता : काठमाडौंमा दैनिक १० लाख ब्युविक लिटर पानी उपलब्ध हुने।

- ♦ व्यापारिक वायु फरलका नियमका आधारमा वहन्छ यसको गति १६ देखि २४ किलोमिटर प्रतिघण्टा रहेको हुन्छ
- ♦ नियमित दिशाको यो वायु वहने हुदाँ प्राचीन कालमा व्यापारीहरूले पालयुक्त जहाजहरूको माध्यमबाट व्यापारिक वस्तु ओसारपसार गर्ने गर्थे ।
- ♦ व्यापारका लागि सामान ओसारपोसार गर्न सहयोग गर्ने भएकाले यस वायुलाई व्यापारिक वायु भनिएको हो ।

नेपालमा पाइने ऋतुहरू

नेपालमा ६ प्रकार ऋतुहरू पाइन्छन्:

- ♦ वसन्त ऋतु : चैत्र, वैशाख
- ♦ गृष्म ऋतु : जेठ, असार
- ♦ वर्षा ऋतु : श्रावण, भाद्र

- ♦ शरद ऋतु : असोज, कात्तिक
- ♦ हेमन्त ऋतु : मंसिर, पौष
- ♦ शिशिर ऋतु : माघ, फागुन

ऋतु परिवर्तनका कारणहरू

- ☉ पृथ्वीले सूर्यको परिक्रमा गर्नु ।
- ☉ पृथ्वीको कक्ष अण्डाकार हुनु ।
- ☉ पृथ्वीको आफ्नो अक्षमा ६६.५ डिग्रीको कोणमा ढल्किनु ।
- ☉ पृथ्वीको अक्ष समानान्तर भई सधैं एकै दिशामा ढल्किनु ।

नेपालको हावापानीलाई भौगोलिक बनावट र उचाइको आधारमा पाँच प्रकारमा गरिएको विभाजन

सि.नं.	हावापानीको प्रकार	उचाइ (मिटर)	तापक्रम (डिग्रीमा)		वर्षा से.मि.	विशेषता
			गृष्मयाममा	हिउँदमा		
१	उष्ण मनसुनी	१,२०० सम्म	३५-४२	५-१५	२००	गृष्मयाममा अत्यधिक गर्मी
२	न्यानो समशीतोष्ण	१,२०१ देखि २,१०० सम्म	२४-३०	०	१२५	मनोरम हावापानी
३	ठण्डा समशीतोष्ण	२,१०१ देखि ३,३५० सम्म	१५-२०	०	१००	स्वास्थ्य दृष्टिले उपयुक्त तर जनजीवन कष्टकर
४	लेकालो	३,३५१ देखि ५,००० सम्म	१०	० भन्दा कम	५०	पशुपालन र पर्यटनका लागि उपयुक्त
५	ध्रुवीय वा हिमाली	५,००० भन्दा माथि	०	० भन्दा कम	नगन्य	अत्यन्तै चिसो र शुष्क हावापानी

नेपालका राष्ट्रिय निकुञ्जहरू सम्बन्धी जानकारी

१. चितवन राष्ट्रिय

- ♦ स्थापना : २०३०

- ♦ अवस्थित जिल्ला : चितवन, मकवानपुर, पर्सा, नवलपरासी
- ♦ क्षेत्रफल : ९५२.६३ वर्ग कि.मि.

१०. बाँके राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ◆ स्थापना : २०६७
- ◆ अवस्थित जिल्ला : बाँके, सल्यान, दाङ
- ◆ क्षेत्रफल : ५५० कि.मि.
- ◆ पाइने प्रसिद्ध जनावर : बाघ, हुँडार, सालक, चौसिङ्गा, तथा विविध जातका पक्षीहरू

११. शुक्लाफाँट राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ◆ स्थापना: २०३१ निकुञ्जमा रुपान्तरित २०७३/११/१९
- ◆ अवस्थित जिल्ला : कञ्चनपुर
- ◆ क्षेत्रफल : ३०५ वर्ग कि.मि.
- ◆ पाइने प्रसिद्ध जिल्ला : बाह्रसिङ्गे, एक सिङ्गे गैँडा, हात्ती, पाटेबाघ, भालु, चितुवा, लघुना, गोही एवम् विविध किसिमका चराचुरुङ्गीहरू।

१२. पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्ज

- ◆ स्थापना : २०४० निकुञ्जमा रुपान्तरित २०७४/०३/१९
- ◆ अवस्थित जिल्ला : मकवानपुर, चितवन र पर्सा
- ◆ क्षेत्रफल : ६३७.३७ वर्ग कि.मि.
- ◆ पाइने प्रसिद्ध जिल्ला : सालक, हुँडार, चौसिङ्गा, पाटेबाघ, एकसिङ्गे गैँडा, गौरी गाई, अजिङ्गर, सुन गोहोरो
- ◆ विशेषता : कान्छो निकुञ्ज

राष्ट्रिय निकुञ्ज क्षेत्रफल सम्झने तरिका :

चिराबसला शेख म शिर्बाँ सुप

चितवन : ९५२.६३ वर्ग किलोमिटर (९ बाउन्न ६३ आउन्न)

रारा : १०६ वर्ग किलोमिटर (रारा १० पटक जाने मन छ)

बर्दिया : ९६८ वर्ग किलोमिटर (९ छ कि ८)

सगरमाथा : ११४८ (सगरमाथा उचाई ८८४८ मा ८८ को स्थानमा ११)

लाङटाङ : १७१० (१७ वर्षको केटी १० पटक ल्याङल्याङ गर्छ)

शे-फोक्सुण्डो : ३५५५ (तीन वटा ५)

खप्तड : २२५ (दो दो पान)

मकालु वरुण : १५०० (मकालु वरुण पुग्न १५०० भाडा)

शिवपुरी : १५९ (१+४=५, ५+४=९)

बाँके : ५५० (पान पचासको)

शुक्लाफाँट : ३०५ (शुल्क रु ३० को ५ टिकट)

पर्सा : ६३७.३७ (छ ३७ ३७)

शिकार आरक्ष

१. ढोरपाटन शिकार आरक्ष

- ◆ स्थापना : २०४४
- ◆ अवस्थित जिल्ला : रुकुम, बाग्लुङ तथा म्याग्दीको केही भाग
- ◆ क्षेत्रफल : १३२५ वर्ग कि.मि. (१ पटक विचार गरौं ३ मा २ जोड्दा ५ हुन्छ)
- ◆ पाइने प्रसिद्ध जनावरहरू : नाउर, भारल, थार, हिमाली भालु, नीलो भेडा

नेपालका संरक्षण क्षेत्रहरू

१. अन्नपूर्ण संरक्षण क्षेत्र

- ◆ स्थापना : २०४९
- ◆ क्षेत्रफल : ७६२९ वर्ग कि.मि.
- ◆ भौगोलिक क्षेत्र : लमजुङ, मनाङ, मुस्ताङ, म्याग्दी, कास्की
- ◆ पाइने प्रसिद्ध जनावरहरू : हिमाली दुर्लभ जीवजन्तु, वनस्पति तथा सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण

२. कञ्चनजङ्घा संरक्षण क्षेत्र

- ◆ स्थापना : २०५४
- ◆ क्षेत्रफल : २०३५ वर्ग कि.मि.
- ◆ भौगोलिक क्षेत्र : ताप्लेजुङ
- ◆ पाइने प्रसिद्ध जनावरहरू : हिँड चितुवा, कस्तुरी मृग, हिमाली खैरो भालु, ब्याँसो, नाउर, घोरल, हाब्रे, चरीबाघ

३. मनास्लु संरक्षण क्षेत्र

- ◆ स्थापना : २०५५
- ◆ क्षेत्रफल : १६६३ वर्ग कि.मि.
- ◆ भौगोलिक क्षेत्र : गोरखा
- ◆ पाइने प्रसिद्ध जनावरहरू : हिउँ चितुवा, कस्तुरी मृग, नाउर, भारल लगायत विभिन्न चराहरू र सर्प जातिहरू

४. कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र

- ◆ स्थापना : २०६५
- ◆ क्षेत्रफल : १६.९५ वर्ग कि.मि.

- ❖ भौगोलिक क्षेत्र : बर्दिया
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जिल्ला : कृष्णसार, हुँडार, अजिङ्गर

५. गौरीशङ्कर संरक्षण क्षेत्र

- ❖ स्थापना : २०६६
- ❖ क्षेत्रफल : २१७९ वर्ग कि.मि.
- ❖ भौगोलिक क्षेत्र : रामेछाप, दोलखा र सिन्धुपाल्चोक
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावरहरु : हिँड, चितुवा, कस्तुरी मृग, चरौबाघ, झैफे, मुनाल आदि

६. अपि-नाम्पा संरक्षण क्षेत्र

- ❖ स्थापना : २०६७
- ❖ क्षेत्रफल : १९०३ वर्ग कि.मि.
- ❖ भौगोलिक क्षेत्र : दाचुला
- ❖ पाइने प्रसिद्ध जनावरहरु : हिँड चितुवा, घोरल, कालो भालु, थार, जटमसी, यासांगुम्बा, पाँचऔले आदि रहेका ।

वन्यजन्तु आरक्ष

कोशी टप्पु वन्यजन्तु आरक्ष

- ❖ स्थापना : २०३२ साल
- ❖ क्षेत्रफल : १७५ वर्ग कि.मि.
- ❖ फैलावट : सुनसरी र सप्तरी
- ❖ अर्ना (जंगली भैंसी) को संरक्षण गरी अर्नाको संख्या वृद्धि गर्ने उद्देश्य रहको ।
- ❖ सन् २०१८ को गणना अनुसार अर्नाको संख्या ४४१ पुगेको