

शाखा अधिकृत, स्थानिय तह ६, नायव सुब्बा, स्थानिय तह ५, खरिदार, स्थानिय तह ४ लगायतका अन्य महत्वपूर्ण परिक्षाको लागि समेत अति उपयोगी अध्ययन सामग्रीहरू

→ नेपालको भूगोल ←

■ नेपालको भूगोल र अवस्थिति

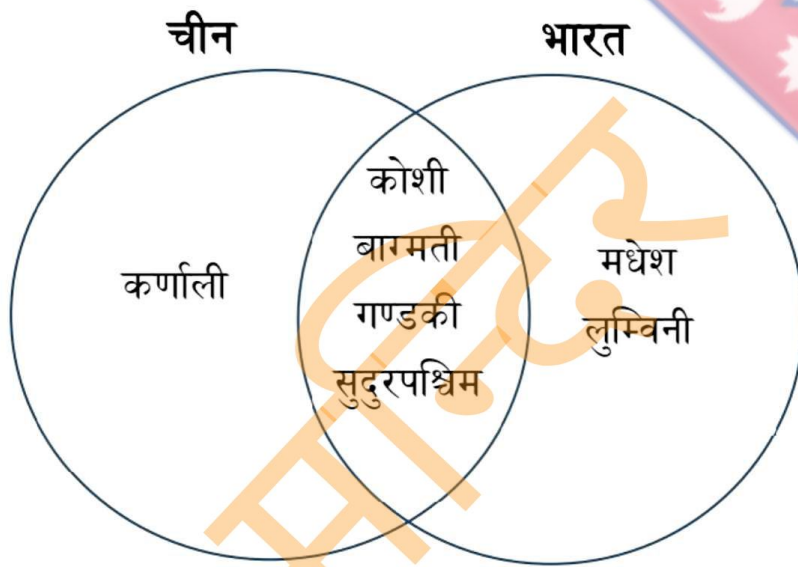
- नेपाल दक्षिण एसियामा पर्ने एक भूपरिवेष्टित राष्ट्र हो ।
- क्षेत्रफल: १४७,१८१ वर्ग कि.मि. (५६,८२७ वर्ग माइल)
 - नयाँ नक्सा स्वीकृत: वि.सं. २०७७ जेठ ५
 - नयाँ नक्सा सार्वजनिक: वि.सं. २०७७ जेठ ७
 - लिम्पियाधुरा, लिपुलेक र कालापानी सहितको नयाँ क्षेत्रफल: १,४७,५१६ वर्ग कि.मि. (३३५ वर्ग कि.मि. वृद्धि)
 - सुगौली सन्धि हनु पूर्व नेपालको क्षेत्रफल: २,०४,९१७ वर्ग कि.मि.
- नेपालले ओगटेको भूभाग:
 - विश्वको: ०.०३%
 - एसियाको: ०.३%
 - दक्षिण एसियाको: २.८२%
- नेपालको
 - स्थलक्षेत्र — ९२.९४ %
 - जलक्षेत्र — ७.०६ %
 - औसत लम्बाई: ८८५ कि.मि.
 - औसत चौडाई: १९३ कि.मि. (अधिकतम २४१ कि.मि., न्यूनतम १४५ कि.मि.)

- नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय सिमाना (कुल २,९२६ कि.मि.):
 - भारतसँग: १६९० कि.मि. (५ प्रदेशहरूसँग जोडिएको)
 - चीनसँग: १२३६ कि.मि. (तिब्बतसँग जोडिएको)
- नेपालको सिमाना जोडिएका भारतीय प्रदेशहरू (५ वटा):
 - पूर्व: सिक्किम र पश्चिम बंगाल
 - पश्चिम: उत्तराखण्ड
 - दक्षिण: बिहार र उत्तर प्रदेश
- नेपालको
 - अक्षांश फैलावट: २६ डिग्री २२ मिनेट देखि ३० डिग्री २७ मिनेट उत्तरी अक्षांश
 - देशान्तर फैलावट: ८० डिग्री ४ मिनेट देखि ८८ डिग्री १२ मिनेट पूर्वी देशान्तर
- नेपालका ४ अन्तिम बिन्दुहरू:
 - पूर्व: ताप्लेजुङको लेलेप
 - पश्चिम: कञ्चनपुरको दोधारा
 - उत्तर: हुम्लाको चाङ्ला भञ्ज्याङ
 - दक्षिण: झापाको लोदावारी
- सामुन्द्रिक क्षेत्रबाट नेपालको दुरी - ११२७ कि. मि. (७०० माइल) बंगालको खाडी, हिन्द महासागर
- सिमाना नजोडिएको नेपालबाट सबैभन्दा नजिकको राष्ट्र - बंगलादेश (२७ कि.मि.)
- नेपालबाट सबैभन्दा नजिक पर्ने राजधानी शहर - भुटानको थिम्पु (४०० कि.मि.)
- नेपालबाट नजिकको विमानस्थल - पटना, भारत

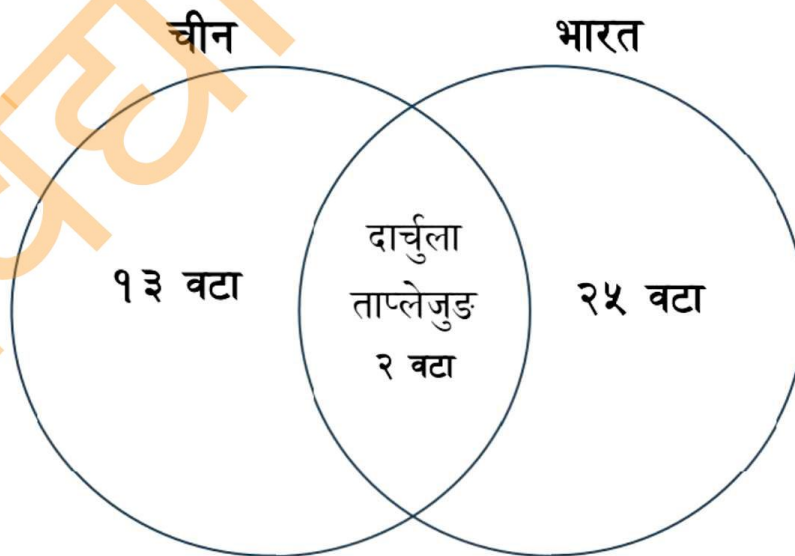


- नेपाल क्षेत्रफलको हिसाबमा विश्वको ९५ औं र जनसंख्याको हिसाबमा ४९ औं स्थानमा पर्ने
- नेपालसँग मिल्दोजुल्दो आकार भएको देश - पोर्चुगल
- नेपालको संविधानको धारा २८८ मा नेपालको राजधानी काठमाडौं हुने व्यवस्था गरिएको

✚ नेपालको प्रदेशको सिमाना



✚ नेपालको जिल्लाको सिमाना



- सबैभन्दा बढी जिल्लासँग सिमाना जोडिएको जिल्ला
- सिन्धुली (१० जिल्ला)
- सबैभन्दा उचाइमा रहेको सदरमुकाम - सिमिकोट, हुम्ला (२९४६ मि.)
- सबैभन्दा होचो स्थानमा रहेको सदरमुकाम - जलेश्वर, महोत्तरी (६१ मि.)
- २ जिल्लासँग मात्र सिमाना जोडिएको - ३ वटा (झापा, कञ्चनपुर, दार्चुला)

नेपालको प्रमाणिक समय

- दोलखा जिल्लामा ७१३४ मि. उचाइमा अवस्थित गौरीशंकर हिमाल (पाथिभरा हिमाल) लाई काटेर जाने $८६^{\circ}१५'$ पूर्वी देशान्तरलाई आधार मानि नेपालको प्रमाणिक समय निर्धारण गरिएको छ ।
- बि.स. २०४२ वैशाख १ बाट लागु भएको ग्रीनवीच मिनटाइम (GMT) भन्दा ५ घण्टा ४५ मिनेट छिटो रहेको

केही जिल्लाको पुरानो सदरमुकाम

- स्याङ्जा - पल्लो नुवाकोट (हाल-वालिङ)
- सप्तरी - हनुमान नगर (हाल-राजविराज)
- अर्घाखाची - ठाडा (हाल-सन्धिखर्च)
- तनहु - बन्दिपुर (हाल-दमौली)
- कञ्चनपुर-वेलौरी (हाल-महेन्द्रनगर)
- अछाम - रिडिकोट (हाल-मनगलसेन)
- सोलुखुम्बु - फाप्लु (हाल-सल्लेरी)

नेपालका केही स्थानको पुरानो नाम

- नगरकोट - मण्डपगिरी
- स्वयम्बु - पदमकण्ठगिरी
- विराटनगर - गोग्राहा
- अमलेखगञ्ज - भिच्छाखोरी
- पाटन - मनिगल
- पर्वत - कुसुमपुरी
- कालिकोट - तिव्रिकोट
- सुर्खेत - दोभानचौर
- वाल्मिकी नगर - भैसालोटन
- फेवाताल - वैदाम ताल
- चावहिल - चारुमति विहार
- चागुनारायण - दोलाप्रिहरी
- अछाम - नौखुवा
- बाग्लुङ - सोहहजार पर्वत
- सुनसरी - भालभलेनी
- मकवानपुर - माकन्दपुर
- पाटन ढोका — तुसाहिटी

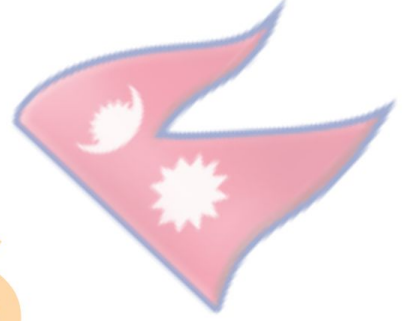
नेपालका ऋतुहरू →

- वसन्त ऋतु - चैत । वैशाख
- गृष्म ऋतु - जेठ । असार
- वर्षा ऋतु - श्रावण । भाद्र
- सरद ऋतु - असोज । कार्तिक
- हेमन्त ऋतु-मंसिर । पुष
- शिशिर ऋतु-माघ । फाल्गुण



नेपाल र चीन विचका प्रमुख नाकाहरू

- ओलाङचुङगोला - ताप्लेजुङ
- किमाथाङ्का - संखुवासभा
- कुती/केरुङ - रसुवा
- कोदारी/तातोपानी - सिन्धुपाल्चोक
- लार्के/छेकम्चार - गोरखा
- ल्होमान थाङ/कोरला - मुस्ताङ
- नाक्चेलाग्ना - मुगु
- टिकर - दार्चुला
- उराङ/ताक्लाकोट - बझाङ
- हिल्सा/यारी - हुम्ला
- नाङपा/लामावगर/दिगर्चा - दोलखा



केही स्थान र जिल्लाका विशेषता

५ ठुला जिल्लाहरू - क्षेत्रफल	५ साना जिल्लाहरू - क्षेत्रफल
१. डोल्पा - ७८८९ वर्ग कि.मि	१. भक्तपुर ११९ वर्ग कि.मि.
२. हुम्ला - ५६५५ वर्ग कि.मि	२. ललितपुर - ३८५ वर्ग कि.मि.
३. ताप्लेजुङ - ३६४६ वर्ग कि.मि	३. काठमाडौं- ३९५ वर्ग कि.मि.
४. गोरखा - ३६१० वर्ग कि.मि	४. पर्वत - ४९४ वर्ग कि.मि.
५. मुस्ताङ- ३५७३ वर्ग कि.मि	५. तेह्रथुम - ६७९ वर्ग कि.मि.
सुत्र: डोहुतागोमु	सुत्र: भलकापते

- हिमाल पारीका जिल्ला - मनाङ र मुस्ताङ
- नेपालको मरुभूमि - मुस्ताङ
- एग बास्केट - चितवन

- साइकल सिटी-धरान
- लोक्ताको जिल्ला — बाग्लुङ
- ज्वालामुखीको चिह्न पाइने - दैलेख
- नेपालको प्रवेशद्वार - विरगञ्ज
- उत्तरमा हिमालय देखि दक्षिणमा महाभारतसम्म फैलिएको जिल्ला - धादिङ
- तिन तिरबाट नदीले सिमाना छुट्याएको जिल्ला - ओखलढुङ्गा
- ९०% भन्दा बढी सिमाना पानीले छुट्याएको जिल्ला - कैलाली
- हलो आकारको जिल्ला - रामेछाप
- भारतको जस्तै नक्सा भएको जिल्ला - संखुवासभा
- माटोको शहर — ल्होमान्थाङ
- पोखरीको शहर - जनकपुर
- सातकुण्डको जिल्ला - रसुवा
- १२ बन्द १८ खण्डको जिल्ला - अछाम
- पूर्वको पशुपतिनाथ-हलेसी महादेव (खोटाङ)
- नेपालको स्वीजरल्याण्ड - जिरी, दोलखा
- नेपालको बनारस - रिडि, पाल्पा
- नेपालको कास्मिर/नेपालको दार्जिलिङ - जुम्ला
- नेपालको श्रीलंका - कोशिटप्पु (सुनसरी)
- नेपालको ताजमहल - रानी महल, पाल्पा (खडक शमशेरद्वारा निर्मित)
- पूर्वी नेपालको हडकड - धुलावारी, झापा
- नेपालको कतार - दैलेख



नेपालको भौगोलिक विभाजन

विशेषता	तराई	पहाड	हिमाल
उचाई	५९ मि. देखि ६०० मि. सम्म	६०० मि. देखि ३००० मि.	३००० मि भन्दा माथि
भूभाग	१७%	५७.५%	२५.२%
स्थानिय तह	२७६	३०८	१६९
जनसङ्ख्या	५३.६१%	४०.३१%	६.०८%
जिल्ला	२१ वटा सानो: नवलपरासी ठुलो: कैलाली	३५ वटा सानो: भक्तपुर ठुलो: सिन्धुली	२१ वटा सानो: रुकुम पूर्व ठुलो: डोल्पा

तराई प्रदेश

१. खास तराई:

- नेपालको सबैभन्दा दक्षिणमा पागो माटोले बनेको समथर भुभाग
- नेपालको ४% भुभाग ओगटेको
- नेपालको अन्न भण्डार

२. भावर क्षेत्र:

- खास तराईको उत्तरमा ३८० मि. उचाइसम्म फैलिएको साघुरो पेट्टी
- नेपालको ४.५% भुभाग ओगटेको

३. भित्री मधेश (दुन क्षेत्र):

- महाभारत पर्वत र चुरे पर्वतको विचमा पर्ने ठुला उपत्यका
- नेपालको ८.५% भुभाग ओगटेको
- नेपालका भित्री मधेशमा पर्ने ७ जिल्लाहरू: उदयपुर, सिन्धुली, मकवानपुर, चितवन, नवलपुर, दाङ, सुर्खेत

शुत्र: उसि मचिन दा सु

- पूर्वी भित्री मधेशका जिल्लाहरू: उदयपुर, सिन्धुली,
- मध्य भित्री मधेशका जिल्लाहरू: मकवानपुर, चितवन, नवलपुर,
- पश्चिमी भित्री मधेशका जिल्लाहरू: दाङ्ग,
- मध्य पश्चिमी भित्री मधेशका जिल्लाहरू: सुर्खेत

* भित्री मधेशका जिल्लाहरूको ठूलो देखि सानोको क्रम:

दाङ्ग, सिन्धुली, सुर्खेत, मकवानपुर, चितवन, उदयपुर, नवलपुर

शुत्र: दासि सुमचि उन



➤ पहाडी प्रदेश

१. चुरे पर्वत (चुरे संरक्षण दिवस - असार २)

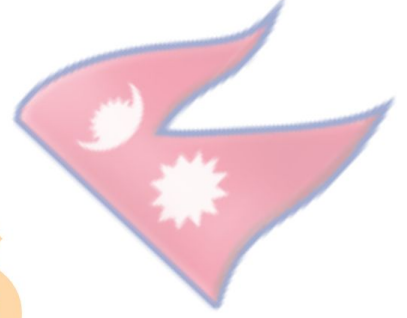
- नेपालको दक्षिणी पर्वतमाला (१८७२ मि. सम्म फैलिएको)
- शिवालिक, बाह्य हिमालय
- Water Recharging in Terai
- दाङ देउखुरीमा - इंडुवा
- बागमती नदी पूर्व - भटवाना
- कोशि नदी पूर्व - चुलाचुली
- नेपालका ३७ जिल्लामा फैलिएको
- नेपालको १२.७८% भूभाग ओगटेको
- अग्लो भाग - गार्वा, कैलाली

२. महाभारत पर्वत

- नेपालको मध्य भागमा १५०० मि. देखि ३००० मि. को उचाइमा फैलिएको पर्वत
- होचो हिमालय, लघु हिमालय तथा मोडदार पहाड
- Hill station of Nepal
- नेपालको हावाखोरी
- अग्लो भाग - शैलुङ, दोलखा

३. मध्य भूमि

- हिमालय पर्वत र महाभारत पर्वतको बिचमा पर्ने ठूला वेशी तथा उपत्यकाहरू
- जस्तै: काठमाडौँ उपत्यका (१३३७ मि.)
 - रुम्जाटार - ओखलढुङ्गा
 - टुम्लिङटार - संखुवासभा
 - जरायोटार - भोजपुर
 - खरानीटार - नुवाकोट
 - खुमलटार - ललितपुर
 - शुकेटार - ताप्लेजुङ
 - सल्यानटार - धादिङ
 - भेडेटार - धनकुटा



➤ हिमाली प्रदेश

१. मुख्य हिमाल

- नेपालको ८००० मि. भन्दा अग्ला मुख्य हिमाल पर्ने क्षेत्र
- नेपालको सबैभन्दा होचो हिमरेखा - रुपिनाला, गोरखा (४५०० मि.)

२. भित्री हिमाल

- मुख्य हिमालबाट उत्तर तर तिब्बती तटवर्ती क्षेत्रबाट दक्षिणमा पर्ने भाग

३. सिमान्त हिमाल

- ६००० मि. देखि ७००० मि. को उचाइमा पर्ने तिब्बती पठारको समस्थली क्षेत्र

नेपालका ८००० मि. भन्दा अग्ला हिमालहरू:

क्र.स.	नाम	उचाइ	हिमशृङ्खला	जिल्ला
१.	सगरमाथा	८८४८.८६ मि.	खुम्बु / महालंगुर	सोलुखुम्बु
२.	कञ्चनजङ्गा	८५८६ मि.	कञ्चनजङ्गा	ताप्लेजुङ
३.	लहोत्से	८५९६ मि.	खुम्बु / महालंगुर	सोलुखुम्बु
४.	मकालु	८४६३ मि.	कुम्भकर्ण	संखुवासभा
५.	चोयु	८२०९ मि.	खुम्बु / महालंगुर	सोलुखुम्बु
६.	धौलागिरी	८१६७ मि.	धौलागिरी	म्याग्दी / मुस्ताङ
७.	मनास्लु	८१६३ मि.	गणेश	गोरखा
८.	अन्नपूर्ण	८०९९ मि.	अन्नपूर्ण	कास्की

शुत्र: SKL म CDMA

- कोशी प्रदेशमा पर्ने हिमाल - ५
- गण्डकी प्रदेशमा पर्ने हिमाल - ३

अन्य केही हिमालहरू

- पुमोरी, शान्ति शिखर - सोलुखुम्बु
- जुगल, दोर्जे लाक्पा - सिन्धुपाल्चोक
- रलचुली, पिसाङ - मनाङ
- गौतम, अरनिको - डोल्पा
- सैपाल, जेठी बहुरानी - बझाङ
- लुम्वासुम्बा, सिंहलिला - ताप्लेजुङ
- भृकुटी हिमाल - मुस्ताङ

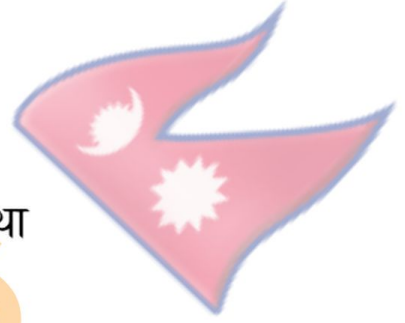
- कान्ति हिमाल - मुगु
- अपि हिमाल - दार्चुला
- माछापुच्छ्रे - कास्की
- जासम्बा (पासाङ चुली) - सोलुखुम्बु
- आमादब्लम - सोलुखुम्बु
- गणेश हिमाल - (धादिङ-गोरखा) सिमाना

केही हिमालको उपनाम

- पन्ध्रौं चुली, संसारको आमा, तेस्रो ध्रुव - सगरमाथा
- ५ चुलीको हिमाल, नेपाल हिमाल - कञ्चनजङ्गा
- ६ चुलीको हिमाल, सेतो हिमाल - धौलागिरी
- Killer Mountain - मनास्लु
- चरी लमेनी - सगरमाथा
- Technical Mountain - आमादब्लम (लेडिज पिक)
- उच्च कालो पहाड - मकालु
- कुमारी (Virgin) हिमाल - माछापुच्छ्रे
- अविवाहित छोरी, सगरमाथाको छोरी - पुमोरी
- भैरव टाकुरा - जुगल हिमाल
- जेठो हिमाल - अन्नपूर्ण

नेपालको राजनीतिक विभाजन

- लिच्छवी काल - १३ क्षेत्र
- पृथ्वीनारायण शाहको पालामा - १२ क्षेत्र
- भिमसेन थापाको पालामा - ३९ जिल्ला (३ श्रेणी)
- जङ्गबहादुर राणाको पालामा - ६९ इकाई



लोकसेवा सामान्य ज्ञान नोटहरू | Bidhya Mandir

- वीरशमशेरको पालामा - ३५ जिल्ला (पहाड-२३, तराई-१२)
- वि.सं. २०१८ वैशाख १ - १४ अञ्चल ७५ जिल्ला (राजा महेन्द्र)
- वि.सं. २०२९ असार १३ - ४ विकास क्षेत्र (राजा वीरेन्द्र)
- वि.सं. २०३७ असोज २६ - ५ विकास क्षेत्र
- वि.सं. २०७२ असोज ३ - ७ प्रदेश
- वि.सं. २०७४ भाद्र ५ - ७७ जिल्ला

क्र. स.	प्रदेश	राजधानी	क्षेत्रफल(वर्ग कि.मि.)	जिल्ला संख्या	स्थानीय तह संख्या	ठुलो/सानो जिल्ला
१	कोशी	विराटनगर	२५,९०५	१४	१३७	ताप्लेजुङ/तेहथुम
२	मधेश	जनकपुर	९,६६१	८	१३६	सप्तरी/महोत्तरी
३	बागमती	हेटौंडा	२०,३००	१३	११९	सिन्धुपाल्चोक/भक्तपुर
४	गण्डकी	पोखरा	२१,८३८	११	८५	गोरखा/पर्वत
५	लुम्बिनी	देउखुरी	२२,२८८	१२	१०९	दाङ्ग/नवलपरासी
६	कर्णाली	विरेन्द्रनगर	२७,९८४	१०	७९	डोल्पा/रूकुम पश्चिम
७	सुदुरपश्चिम	गोदावारी-कैलाली	१९,५३९	९	८८	बझाङ/बैतडी

- सबैभन्दा पहिलो नामाकरण र स्थायी राजधानी तोकिएको प्रदेश - कर्णाली (२०७४/११/१२)
- सबैभन्दा अन्तिममा नामाकरण गरिएको प्रदेश - कोशी (२०७९/११/१७)
- सबैभन्दा अन्तिममा राजधानी तोकिएको प्रदेश - मधेश (२०७८/१०/०३)

स्थानीय तह

- महानगरपालिका - ६
- उपमहानगरपालिका - ११
- नगरपालिका - २७६
- गाउँपालिका - ४६०
- जम्मा वडा सङ्ख्या - ६७४३
- जम्मा स्थानीय तह - ७५३

➤ महानगरपालिका

- पोखरा — कास्की, गण्डकी प्रदेश
- भरतपुर— चितवन, बागमती प्रदेश
- वीरगञ्ज — पर्सा, मधेश प्रदेश
- विराटनगर— मोरङ, कोशी प्रदेश
- काठमाडौं— काठमाडौं, बागमती प्रदेश
- ललितपुर— ललितपुर, बागमती प्रदेश

शुत्र: पोभविर विकाल (ठूलो देखि सानो क्षेत्रफल)

- महानगरपालिका नभएको प्रदेश — लुम्बिनी, कर्णाली र सुदूरपश्चिम
- सबैभन्दा बढी महानगरपालिका भएको प्रदेश - बागमती (३ वटा)

➤ उपमहानगरपालिका

- घोराही - दाङ्ग
- तुलसीपुर - दाङ्ग
- जीतपुर सिमरा - बारा
- धनगढी - कैलाली
- हेटौँडा - मकवानपुर
- धरान - सुनसरी
- कलैया - बारा

- बुटवल - रूपन्देही
- इटहरी - सुनसरी
- जनकपुर - धनुषा
- नेपालगञ्ज - नेपालगञ्ज

शुत्र: घोतुजि धन हेधकबु इजने

- दुई उपमहानगरपालिका भएका जिल्ला - बारा, सुनसरी, दाङ
- सबैभन्दा बढी उपमहानगरपालिका भएको प्रदेश - लुम्बिनी (४ वटा)
- उपमहानगरपालिका नभएका प्रदेश - गण्डकी र कर्णाली

नगरपालिका

- सबैभन्दा बढी नगरपालिका भएको प्रदेश - मधेश (७३)
- सबैभन्दा कम नगरपालिका भएको प्रदेश - कर्णाली (२५)
- सबैभन्दा बढी नगरपालिका भएको जिल्ला - रौतहट (१६)
- नगरपालिका विहिन जिल्ला - ५ वटा (मनाङ, मुस्ताङ, रसुवा, हुम्ला र रुकुम पूर्व)

गाउँपालिका

- सबैभन्दा बढी गाउँपालिका भएको जिल्ला - धादिङ (११)
- १ मात्र गाउँपालिका भएको जिल्ला - चितवन
- गाउँपालिका विहिन जिल्ला - काठमाडौं र भक्तपुर
- सबैभन्दा बढी गाउँपालिका भएको प्रदेश - कोशी (८८)
- सबैभन्दा कम गाउँपालिका भएको प्रदेश - सुदूरपश्चिम (५४)

स्थानीय तह विशेष अन्य

- सबैभन्दा धेरै स्थानीय तह भएको जिल्ला - सर्लाही (२०)
- सबैभन्दा कम स्थानीय तह भएको जिल्ला - रुकुम पूर्व (३)
- क्षेत्रफलको आधारमा

*	ठुलो	सानो
महानगरपालिका	पोखरा	ललितपुर
उपमहानगरपालिका	घोराही	नेपालगञ्ज
नगरपालिका	सितगंगा, अर्घाखाची	भक्तपुर
गाउँपालिका	नाम्खा, हुम्ला	परवानीपुर, बारा

- जनसङ्ख्याको आधारमा

*	ठुलो	सानो
महानगरपालिका	काठमाडौं,	विराटनगर
उपमहानगरपालिका	घोराही	जितपुर
नगरपालिका	सितगंगा, अर्घाखाची	ठुलोभेरी, डा
गाउँपालिका	नाम्खा, हुम्ला	नार्पाभूमि, मनाङ

- बराबर क्षेत्रफल भएका नगरपालिका - बनेपा र धुलिखेल (काभ्रेपलाञ्चोक)
- बराबर क्षेत्रफल भएका गाउँपालिका - चम्पादेवी र चिशंखुगढी (ओखलढुङ्गा)
- बराबर क्षेत्रफल भएका जिल्लाहरू:
 - रामेछाप र तनहुँ (१५४६ वर्ग कि.मि.)
 - बर्दिया र डोटी (२०२५ वर्ग कि.मि.)

शुत्र: रातबडो

प्रतिनिधि सभा तथा प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्र

प्रदेश	प्रतिनिधि सभा	प्रदेश सभा
कोशी	२८	५६
मधेश	३२	६४
बागमती	३३	६६
गण्डकी	१८	३६
लुम्बिनी	२६	५२
कर्णाली	१२	२४
सुदूरपश्चिम	१६	३२
जम्मा	१६५	३३०

नेपालको प्राकृतिक स्रोतको अवस्था

माटो

१. पाँगो माटो

- तराईको वेशी र फाँटहरूमा नदीले थुपारेको माटो
- बालुवामा झारपात मिलेर बनेको माटो
- कृषि कार्यका लागि उत्तम

२. तलैया माटो

- ताल सुकेर बनेको माटो
- कालो रङ्गको हुने
- कृषि कार्यका लागि सर्वोत्तम

३. बलौटे माटो

- भावर क्षेत्र, भित्री मधेश र चुरे पर्वतमा बालुवा, कङ्कड, पत्थर आदि मिलेर बनेको माटो

४. रातो फुस्रो माटो

- महाभारत पर्वतका भिरहरूमा टुक्रिएका चट्टानमा झारपात मिलेर बनेको माटो

५. हिमाली माटो

- हिमनदीले बगाइ ल्याएर थुपारेको माटो
- १ इन्च माटो बन्न १००-४०० वर्ष सम्म लाग्ने
- माटो सम्बन्धी अध्ययन गर्ने विज्ञानलाई Pedology वा Edaphology भनिन्छ।
- माटोको गुणस्तरलाई PH मा नापिन्छ।
- धेरैजसो माटोको PH मान ३.५ देखि १० सम्म हुन्छ।

‡ नेपालमा प्रचलित केही भूमि व्यवस्था

(क) रैकर

- सरकारको स्वामित्व भएको र जग्गा प्रयोग गर्नेले कर तिर्नुपर्ने

(ख) वित्ति

- कुनै सरकारी कर्मचारीले उत्कृष्ट कार्य गरेमा वा कुनै व्यक्ति शासनको दृष्टिमा असल ठहरिएमा वृत्ति वा पुरस्कार स्वरूप प्रदान गरिने जग्गा

(ग) गुठी

- सार्वजनिक वा सामुहिक उद्देश्य प्राप्तिका लागि संस्थागत रूपमा प्रयोग गरिने भूमि

(घ) किपट

- कुनै निश्चित जातिलाई भोगचलन गर्ने गरी प्रदान गरिने जग्गा
- विशेषगरी लिम्बु जातिमा प्रचलित

खनिज पदार्थ

- फलाम - फुलचोकी (ललितपुर), ठोसे (रामेछाप), फ्रुसेभिर (नुवाकोट)
- तामा - कुलेखानी (मकवानपुर), बन्दिपुर (तनहु), बाह्रबिसे (सिन्धुपाल्चोक)
- चाँदी - चिसापानीगढी (मकवानपुर), बाग्लुङ
- जस्ता, सिसा - गणेश हिमाल
- सोडा - सल्यान, डोटी
- नुन - मुस्ताङको थाकखोला
- मार्बल - गोदावारी (ललितपुर)
- गेरू - चौतरा (सिन्धुपाल्चोक)
- सिधेनुन र विरेनुन - रसुवा, स्याप्रुवेसि
- खरी — खोटाङ खोसी
- सुन - कालिगण्डकी, बुढीगण्डकी, कोशि नदिका वगर
- ग्यास - काठमाडौं उपत्यका, तराई, मुस्ताङ
- म्याग्नेसाइट - उदयपुर, दोलखा, गणेश हिमाल
- कोइला - मकवानपुर, दाङ्ग, सल्यान, चितवन
- युरेनियम - मुस्ताङ

केही बस्तुका लागी प्रख्यात स्थान

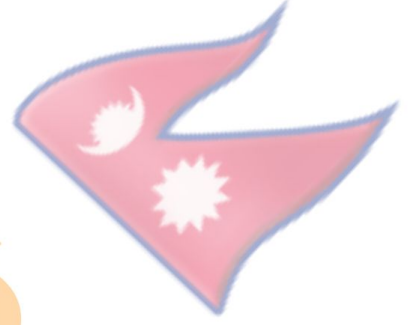
- सानो दुधालु गाई - अछाम
- तरकारी - ठिमी, भक्तपुर
- दही - भक्तपुर
- सावर, छाला - दैलेख
- मुला - चित्लाङ (मकवानपुर)
- चिउरा - भक्तपुर (टिकनीवोडे)
- चामल - सिकरवेसि, नुवाकोट



- तेल - खोकना, ललितपुर
- तोरी - चितवन
- असल सख्खर, रिठ्ठा - बैतडी
- शालीग्राम - कृष्णगण्डकी (कालीगण्डकी नदी)
- घरबुना कपडा - किर्तिपुर
- माटाका भाडा, किविफल - भक्तपुर
- लप्सी - पर्वत
- खुकुरी - भोजपुर, आठराई
- जुनार - सिन्धुली
- गलवन्दी, पश्मिना - कास्की
- रबर - बुधबारे, झापा

■ नेपालका प्रमुख गुफाहरू

- सिद्ध गुफा - तनहु
- व्यास गुफा - तनहु
- विचित्र गुफा - गुल्मि
- साततले गुफा - अर्घाखाँची
- चाँदनी गुफा - सल्यान
- भुमेश्वर गुफा - जाजरकोट
- पाताल भुमेश्वर - बैतडी
- तिला गुफा - कालिकोट
- पाण्डु गुफा - जुम्ला
- ओडारधारी गुफा - बाँके
- गुप्तेश्वर - पर्वत
- गौमुखी गुफा — तेह्रथुम



केही प्रमुख गढीहरू

- अमरगढी - डडेल्धुरा
- दुगुनागढी - सिन्धुपाल्चोक
- मिल्डुकोटगढी - तनहु
- पुरादित्यगढी - महोत्तरी
- काठेगढी - पाल्पा
- चौदण्डीगढी - उदयपुर
- सिम्रौनगढ - बारा
- चिसापानीगढी - मकवानपुर
- उपरदाडगढी - चितवन
- जीतगढी - रूपन्देही
- शिवगढी - कपिलबस्तु
- हरिहरपुरगढी - सिन्धुली

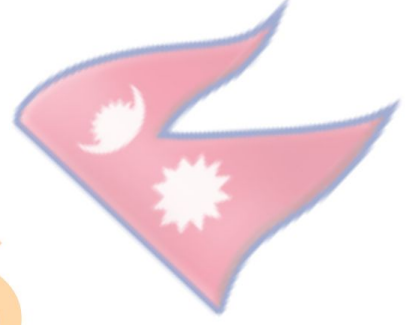
नेपालका प्रमुख भञ्ज्याङहरू

१. ताप्लेजुङ [शुत्र: घाङ्गि चाटिखा]

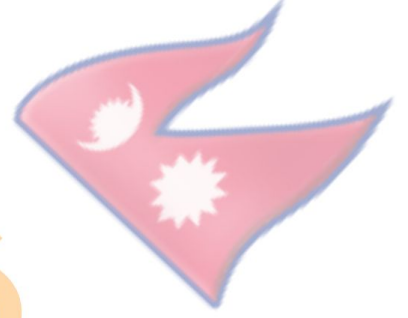
- घाङला भञ्ज्याङ
- झिनसाङ भञ्ज्याङ
- चाबुक भञ्ज्याङ
- टिपताल भञ्ज्याङ
- खाङ्ला भञ्ज्याङ

२. संखुवासभा [शुत्र: उभापो छि रारा]

- उम्बेक भञ्ज्याङ
- भाटभटेनि भञ्ज्याङ
- पोपटी भञ्ज्याङ



- हिरनचोभा भङ्ग्याड
 - रागला भङ्ग्याड
 - राखा भङ्ग्याड
३. गोरखा [शुत्र : लाला मैया ग्याला थाप]
- लार्के भङ्ग्याड
 - लाज्युड भङ्ग्याड
 - मैलाट सचिड भङ्ग्याड
 - यान्डोल भङ्ग्याड
 - ग्याला भङ्ग्याड
 - थाप्ले भङ्ग्याड
 - पर्चे क्यामा भङ्ग्याड
४. मुस्ताड [शुत्र: चा छाफा]
- चाडचुमी भङ्ग्याड
 - छाटाड भङ्ग्याड
 - फाडफुडला भन्ज्याड
५. डोल्पा [शुत्र : या आमा पापिका गेस ज्याडचे]
- याला भङ्ग्याड
 - आरिम भङ्ग्याड
 - मारिम भङ्ग्याड
 - पानाड भङ्ग्याड
 - पिण्डु भङ्ग्याड
 - काडकुड भङ्ग्याड
 - गेडला भङ्ग्याड
 - खड भङ्ग्याड
 - ज्याड्चे भङ्ग्याड

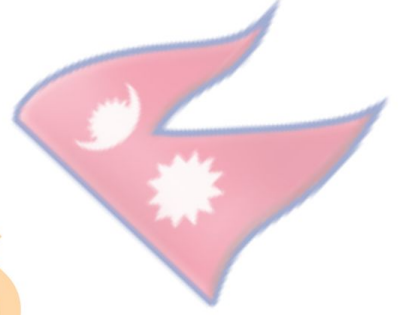


६. हुम्ला [शुत्र : चाची नाला सलो]

- चाडला भञ्ज्याङ
- चिमाला भञ्ज्याङ
- नाम्जा भञ्ज्याङ
- लाप्चे भञ्ज्याङ
- सर्पे भञ्ज्याङ
- लोलुङ भञ्ज्याङ

७. अन्य थप भञ्ज्याङहरू

- टिकर भञ्ज्याङ - दार्चुला
- छ्याङ्ला भञ्ज्याङ - दार्चुला
- उराई भञ्ज्याङ - बझाङ
- याला, नान्जा - मुगु
- काडला, लुगुला - मनाङ
- नाङ्पा, ठाडला - दोलखा
- पूर्वी घ्याचु, भुमा कोदारी - सिन्धुपाल्चोक
- खरी भञ्ज्याङ - काठमाडौं
- गल्याङ भञ्ज्याङ - स्याङजा
- थोराङ पास - मनाङ
- माने भञ्ज्याङ - इलाम
- यारी भञ्ज्याङ - हुम्ला



✚ वन सम्पदा

- वि.स. २०१३ मा निजि वनलाई राष्ट्रियकरण गरिएको
- आर्थिक सर्वेक्षण २०७९/८० अनुसार नेपालमा ४५.३१% भुभाग वनले ढाकेको (बुट्यान - ३.६२%, वन क्षेत्र - ४१.६९%)
- सबैभन्दा बढी वन भएको प्रदेश - कोशी (१८.८%)
- सबैभन्दा कम वन भएको प्रदेश - मधेश (३.९%)
- प्रदेशगत आधारमा सबैभन्दा बढी वन भएको प्रदेश - वाग्मती प्रदेश
- प्रदेशगत आधारमा सबैभन्दा कम वन भएको प्रदेश - मधेश प्रदेश
- नेपालमा हरेक वर्ष असार १४ मा राष्ट्रिय वन महोत्सव मनाइन्छ।
- तराइको जंगललाई झोरा र लेकको जंगललाई पाल भनिने
- सार्कमा सबैभन्दा बढी वन भएको राष्ट्र - भुटान
- सार्कमा सबैभन्दा कम वन भएको राष्ट्र - पाकिस्तान
- नेपालमा पाइने वनलाई ५ भागमा विभाजन गरिएको
 - उष्ण प्रदेशिय सदावहार वन: १२०० मि. उचाईसम्म
 - समशितोष्ण पतझर वन: १२००-२१०० मि. उचाई
 - समशितोष्ण सदाबहार कोणधारी वन: २१००-३३५० मि. उचाई
 - लेकाली वन: ३३५०-५००० मि. उचाई
 - शित मरुभूमिको वन: ५००० मि. भन्दा माथि

✚ हावापानी

- नेपालमा ५ प्रकारको हावापानी पाइने
 - उष्ण मनसुनी हावापानी: १२०० मि. उचाइ सम्म
 - न्यानो समशितोष्ण हावापानी: १२००-२१०० मि. उचाइ सम्म
 - उष्ण (ठण्डा) समशितोष्ण हावापानी: २१००-३३५० मि. सम्म
 - लेकाली हावापानी: ३३५०-५००० मि. उचाइ सम्म
 - ध्रुवीय हावापानी: ५००० मि. भन्दा माथि

नेपालको जलसम्पदा

- नेपालमा करिब ६००० नदिनाला रहेका
- नेपालका सम्पूर्ण नदी नालाहरूको कुल लम्बाई करिब ४५००० कि.मि. रहेको
- नेपालका नदीनालाको जलभण्डारण क्षमता २ लाख २ हजार मिलियन क्युबिक मिटर रहेको
- नेपालका जलस्रोतबाट ८० लाख हेक्टर भूमिमा सिचाई सुविधा पुग्ने
- नेपालको जलस्रोतबाट ८३००० मेगावाट विद्युत उत्पादन गर्न सकिने (हरिमान श्रेष्ठको आफ्नो Ph.D. अध्ययन प्रतिवेदन अनुसार)
- आर्थिक तथा प्राविधिक दृष्टिकोणले ४२००० मेगावाट विद्युत उत्पादन गर्न सकिने
- नेपालका नदीहरूलाई उदगम स्थलको आधारमा ३ भागमा विभाजन गरिएको
 - (क) पहिलो स्तरको नदी - हिमालय पर्वतबाट उत्पत्ती हुने
 - (ख) दोस्रो स्तरको नदी - महाभारत पर्वतबाट उत्पत्ती हुने
 - (ग) तेस्रो स्तरको नदी - चुरे पर्वतबाट उत्पत्ती हुने

भोटमा मुल भएका नदीहरू - ६वटा

शुत्र: ततात्रि अकस

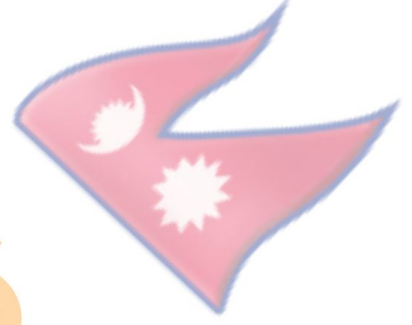
- तमोर नदी
- तामाकोशी नदी
- त्रिशुली नदी
- अरुण नदी
- कर्णाली नदी
- सुनकोशी नदी

▪ केही नदीका उदगमस्थलहरू

- बागमती - बागद्वार
- बुढीगण्डकी - गणेश हिमाल
- विष्णुमती - सपनतिर्थ
- सेतिगण्डकी - अन्नपूर्ण हिमाल
- इन्द्रावती - जुगल हिमाल
- मस्याङ्दी - दामोदर हिमाल
- कालिगण्डकी - मुस्ताङ लेक
- बुढीगंगा - जगदुल्ला ताल
- मेची - लालिखर्क
- सानो भेरी - धौलागिरी हिमाल
- ठूलो भेरी - मुकुट हिमाल
- कमला नदी - सिन्धुलीगढी
- वाणगंगा - अर्घाखाँचिको चुरे डाँडा
- लिखु - रोल्वालिङ
- कन्काई - महाभारत पर्वत
- महाकाली - अपि हिमाल
- दरौदी - बुद्ध हिमाल
- सेति - सैपाल हिमाल
- मुगु कर्णाली - लद्दाख हिमाल

➤ केही नदीहरूको पौराणिक नाम

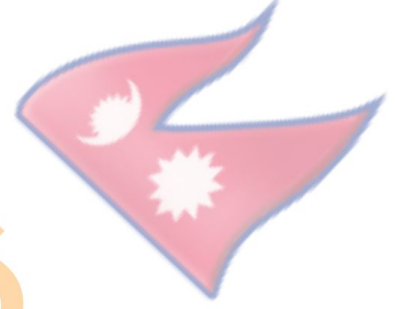
- अरुण - महाप्रभा
- मस्याङ्दी - सितप्रभा
- इन्द्रावति - सत्यवाहिनी
- दरौदी - विश्वधारा



- कर्णाली - पञ्चेश्वरी
- राप्ती - अचिरावती
- पूर्वी राप्ती - दुधमती (चितवन)
- चेपे - चम्पावती
- तादी - सूर्यवती
- झिमरुक - धर्मावती
- त्रिशुली - धर्मधारा/हरगंगा
- बुढीगण्डकी - यसोधरा
- दुधकोशी - भद्रावती
- टुकुचा - इच्छुमती
- सुनकोशी - सुभश्रदा
- तमोर - दुध धी
- माडी - माण्डवी
- धोवीखोला - रुद्रमती
- सेतिगण्डकी - शुक्लगंगा/सुवर्ण सरिता
- सेति - वैष्णवी स्वरूपा

➤ नेपालका नदीहरू भारत प्रवेश पछिको नाम

- मेची - महानन्दा
- कन्काई - विरिङ
- कोशी - दामोदर (विहारको दुःख)
- बबई - सरयु
- कर्णाली - घाघरा
- महाकाली - सारदा



➤ नदीनालाको आधारमा नेपालको विभाजन

X	कोशी क्षेत्र	गण्डकी क्षेत्र	कर्णाली क्षेत्र
क्षेत्र	कन्चनजंगा हिमालदेखि लाङटाङ हिमाल सम्मको भाग	लाङटाङ र धौलागिरी हिमालको विचको भाग	धौलागिरी र व्यास हिमालको विचको भाग
विशेषता	नेपालको सबैभन्दा ठूलो नदी	नेपालको सबैभन्दा गहिरो नदी	नेपालको सबैभन्दा लामो नदी
लम्बाई	७२० कि.मि.	३३८ कि.मि.	५०७ कि.मि.
औषत जलप्रवाह	१५६४ क्युबिक मिटर प्रति सेकेण्ड	१७१३ क्युबिक मिटर प्रति सेकेण्ड	१३१६ क्युबिक मिटर प्रति सेकेण्ड
विद्युत क्षमता	२२००० मेगावाट	२१००० मेगावाट	३२००० मेगावाट
सहायक नदी	तमोर, अरुण, दुधकोशि, लिखु, तामाकोशि, सुनकोशि, इन्द्रावती शुत्र तअ दुलिता सुइ	त्रिशुली, बुढीगण्डकी, दरौँदी, मस्याङ्ङ्दी, माडी, सेतिगण्डकी, कालिगण्डकी शुत्र त्रिबुद ममासेका	सानो भेरी, ठूलो भेरी, तिला, मुगु कर्णाली, हुम्ला कर्णाली, बुढीगंगा, सेति शुत्र साठु तिमु हु बुसे
ठूलो/सानो सहायक नदी	ठूलो: अरुण सानो: लिखु	ठूलो: कालिगण्डकी सानो: त्रिशुली	ठूलो: हुम्ला कर्णाली सानो: तिला

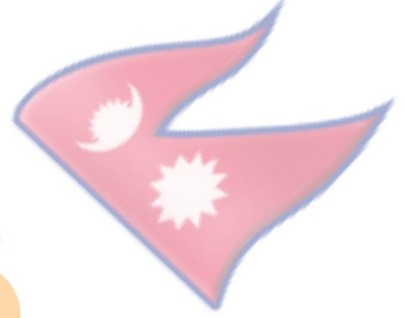
➤ केही नदीहरूको दोभान

- अरुण र तमोर - ट्याक्सिला
- अरुण र सभाखोला - टुम्लिङटार
- सुनकोशी र तमोर - अहाले
- सुनकोशी र लिखु - नवलपुर

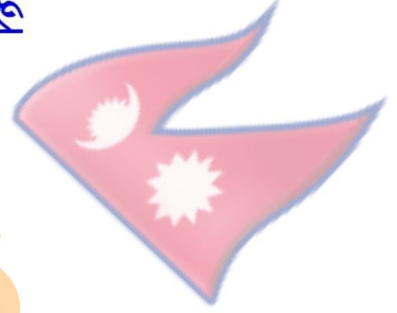
- सुनकोशी र इन्द्रावति - दोलालघाट
- मस्याङ्दी र त्रिशुली - मुग्लिन
- बुढिगण्डकी र त्रिशुली - बेनिघाट
- मस्याङ्दी र दरौदी - मजुवातैरेनी
- मस्याङ्दी र नारखोला - चामे
- मादी र कालिगण्डकी - कुस्मा
- म्याग्दीखोला र कालिगण्डकी - बेनी
- बढीगाड र कालिगण्डकी - रुद्रवेणी
- रघुगंगा र कालिगण्डकी - गलेश्वर
- मादी र सेति - दमौली
- कर्णाली र सेति - बताला
- बाहुलीगाढ र सेति - चैनपुर
- ठुलो भेरी र नर्सिङघाट - दल्ली
- सुनकोशि र ब्रकाह - वराहक्षेत्र
- सानोभेरी र ठुलोभेरी — रिम्ना

➤ नदीनाला सम्बन्धी विविध

- विश्वको सबैभन्दा अग्लो स्थानबाट उत्पत्ती हुने नदी - अरुण
- नेपालमा सबैभन्दा बढी स्थान परिवर्तन गर्ने र बालुवा बोक्ने नदी - कोशि
- सबैभन्दा छोटो नदीहरू भएको जिल्ला - दाङ
- नेपालभित्रको सर्वोच्च हिमस्रोत भएको नदी - दुधकोशी
- ओलाङचुङगोला घाटीबाट नेपाल प्रवेश गर्ने नदी - तमोर
- डल्फिन पाइने नदी - कर्णाली
- चक्राकार नदी - कालिगण्डकी
- गंगास्वरूपा नदी - कालिगण्डकी



- उत्तरवाहिनी नदी - कर्मनाशा (ललितपुर)
 - उत्तरगंगा - सानोभेरी
 - उत्तरगया - त्रिशुली
 - हरिगंगा - कालिगण्डकी
 - हरगंगा - त्रिशुली
- नेपालका नदी किनारमा रहेका केही स्थानहरू
- दमौली - मादी
 - बाह्रबिसे - भोटेकोशि
 - धनुषा - हर्दिनाथ
 - तुलसिपुर - पातुखोला
 - भद्रपुर - मेची
 - जुम्ला - तिला
 - विराटनगर - कौशल्या
 - कुश्मा - मादी र कालिगण्डकी
 - महेन्द्रनगर - महाकाली
 - दमक - रतुवा
 - धनगढी - मोहना
 - गाईघाट - त्रियुगा (उदयपुर)
 - सिलगढी - सेति नदी
 - तौलिहवा - वाणगंगा
 - मन्थली - तामाकोशि
 - विरेन्द्रनगर - निकास खोला



➤ नेपालका प्रमुख तालहरू

- उत्पत्ती तथा प्रकृतिको आधारमा नेपालमा ३ प्रकारका ताल रहेका छन् (हिमाली, पर्वतीय र मैदानी)

१. रारा ताल (मुगु)

- नेपालको सबैभन्दा ठुलो र गहिरो ताल
- गोरुको खुर आकारको ताल
- महेन्द्र ताल भनेर चिनिने (वि.सं. २०२० चैत १३)
- रारा तालबाट निस्कने खोला - खत्याड खोला
- गहिराई - १६७ मि.
- सिस्ने र कान्जिरोवा हिमालको दृश्य देखिने

२. से-फोकसुण्डो ताल (डोल्पा)

- कान्जिरोवा हिमालको काखमा अवस्थित
- निर्जिव ताल
- 'Y' आकारको ताल (गुलेली आकारको)
- से-फोकसुण्डो तालबाट निस्कने झरना - सुलिगढ झरना
- रिग्म ताल
- गहिराई - १४५ मि.
- क्षेत्रफल - ४.४३ वर्ग कि.मि.

३. फेवाताल (कास्की)

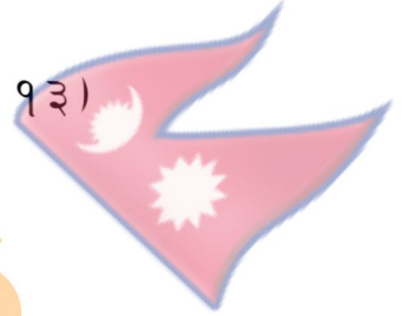
- बराह ताल, बैदाम ताल आदि नामले परिचित
- फेवातालमा मिसिने खोला - हर्पन खोला र मर्सीखोला

४. मैदी ताल (कास्की)

- ढुङ्गा हात्रे ताल

५. सुर्मा सरोबर (बझाङ)

- मान्छेको आँखा आकारको ताल



६. घोडाघोडी ताल (कैलाली)

- कपिल ताल
- हत्केला आकारको ताल

७. तिलिचो ताल (मनाङ)

- विश्वको अग्लो उचाइमा रहेको ताल (४९९९ मि.)

➤ अन्य तालतलैयाहरू

- ताप्लेजुङ: सिजम ताल (मानस ओरक), याङ्मा पोखरी, नुप्चु पोखरी, टिनपोखरी, लामपोखरी, सुखे पोखरी, जलजले पोखरी, इनवा पोखरी
- पाँचथर: जोर पोखरी, लाम पोखरी, सुके पोखरी
- इलाम: जोर पोखरी, माइपोखरी, अन्तुपोखरी
- संखुवासभा: पाँच पोखरी, सभापोखरी, सिद्धपोखरी, मत्स्य पोखरी, दूधकुण्ड
- भोजपुर: सालपा पोखरी, हाँस पोखरी
- तेह्रथुम: चिडलिङ पोखरी
- सुनसरी: सूर्यकुण्ड, बुर्ज ताल
- मोरङ: चुली पोखरी, महाराजा सुनबर्षि पोखरी
- खोटाङ: बराह ताल, छिता पोखरी
- उदयपुर: रौताहा पोखरी, जोगि दह
- सिराहा: पातारी पोखरी
- धनुषा: गंगासागर, धनुष सागर, राम सागर, मुण्डन सर, पयश्विनी सर, रत्नसागर, अमृत कुण्ड, पुरन्दर सर, ज्ञानकुण्ड, तेलदीर्घिका सर
- नुवाकोट: सागरकुण्ड
- धादिङ: गंगाजमुना कुण्ड
- पर्सा: वैधीमाई पोखरी, लक्ष्मनुवा, बज्जारी ताल, मेदियाई पोखरी, घडी अर्वा पोखरी, मानधिया पोखरी, छपकैया पोखरी

- बारा: कामिनी दह, हलखोरिया पोखरी, गडीगंगा पोखरी
- रसुवा: पार्वतीकुण्ड, नागकुण्ड, सरस्वतीकुण्ड, दूधकुण्ड, सूर्य कुण्ड, गणेशकुण्ड, भैरवकुण्ड, गोसाईकुण्ड
- चितवन: बिस हजारी ताल, मुजुराताल, गडुवाताल, नन्दभाउजु ताल, कसराताल, तमोरघैला ताल, चेपाङ ताल, टिकौली ताल
- मुस्ताङ: दामोदरकुण्ड, डम्वाताल
- मनाङ: तिलिचो ताल, गंगापूर्ण ताल
- लमजुङ: निमा पोखरी, दूध पोखरी, इलम पोखरी, वारा पोखरी, बाह पोखरी, भैरवकुण्ड, देउपोखरी, इन्द्रपोखरी
- सिन्धुपाल्चोक: सिपा पोखरी, तारा खसेको पोखरी, पाँच पोखरी, नारायण पोखरी
- डोल्पा: सुनदह, पृथा दह, खालीदह, गिरीदह, फोक्सुण्डो ताल, जगदुल्ला ताल
- कास्की: स्याखु ताल, शान्ति कुण्ड, रूपा ताल, दिपाङ ताल, खास्टेताल, बुडुवाताल, मैदी ताल, फेवाताल, वेगनास ताल
- म्याग्दी: भाले बास्ने ताल, खयर बराही ताल
- बाग्लुङ: रुद्र ताल, भुईफुट्टा ताल, जल्पा ताल
- पाल्पा: सत्यवती ताल, नन्दनताल, सुके ताल, कमला ताल
- अर्घाखाँची: ठाडा दह, रातो पोखरी, स्याङलाङ दह
- कपिलबस्तु: जाखिरा ताल, जगदिशपुर ताल
- रुपन्देही: गजेडी ताल, गैडहवा ताल, संग्रहवा ताल
- दाङ्ग: जलसिन्धी ताल, भोटे दह, चरिङ्गे दह, जखेरा ताल, किचकनी दह
- सुर्खेत: बुलबुले ताल, सिम्रखानि दह, मुरली दह, खौ दह
- बर्दिया: बुड्या ताल, भगरिया ताल
- जुम्ला: गिरि दह, शंख दह, विष्ट दह



- मुगु: रारा ताल, ऋणमोक्ष दह, पापकुण्ड
- बझाङ: सुर्मा सरोवर
- डोटी: खप्तड दह, आलि ताल, छतिवन ताल, सुन दह
- कैलाली: जोवर ताल, घोडाघोडी ताल
- धनकुटा: राजारानी ताल
- दोलखा: जटापोखरी ताल, च्छो रोल्पा ताल
- कञ्चनपुर: रानी ताल, प्यारा ताल, सोभा ताल, बब्दा ताल, झिलमिला ताल, बन्तरिया ताल, लमा ताल, सुन्देउ ताल
- सोलुखुम्बु: गोक्यो ताल



नेपालका प्रमुख झरनाहरू

- पचाल झरना (कालिकोट): नेपालको अग्लो झरना, ३८१ मि. (वि.सं. २०७४ साउन १२)
- ह्यातुङ झरना (तेहथुम): ३६५ मि.
- सुलिगद झरना (डोल्पा): अग्लो स्थानबाट बग्ने (३६१३ मि. उचाइमा अवस्थित)
- टोङ्केको झरना: इलाम
- बाधा नदीको झरना: संखुवासभा
- रूप्से झरना: म्याग्दी
- टिपताला झरना: ताप्लेजुङ
- भैरवकुण्ड झरना: सिन्धुपाल्चोक
- लाखुरी झरना/द्वारी खोलाको झरना: दैलेख
- गाइखुरे झरना/चाम्चे झरना: लमजुङ
- जोरपानी झरना/भेलछेडन झरना: डोटी
- रातामाते झरना/पोकली झरना/चिर्खुवा झरना: ओखलढुङ्गा

- इलामडाडा झरना: ताप्लेजुङ
- ओडारी खोलाको झरना/खुवा झरना: उदयपुर
- पाताले झरना: पोखरा, कास्की
- वैकुण्ठ झरना/छहरे झरना: पाल्पा
- तिलखुवा झरना/सोताखोला झरना: अर्घाखाँची
- पुरन्धारा झरना: दाङ्ग
- नमस्ते झरना: धनकुटा
- शुसङ्ग सप्पु: पाँचथर
- फुङ्गफुङ्ग झरना: नुवाकोट
- फुङ्गफुङ्गे झरना: ताप्लेजुङ
- दिप्रुङ झरना: खोटाङ
- चेपेनदीको झरना: मनाङ
- खहरेखोला झरना/गंगा जमुना झरना: धादिङ
- जंगे झरना: रौतहट

धार्मिक तथा पर्यटकिय दृष्टिकोणले महत्वपूर्ण स्थानहरू

- पाथिभरा: ताप्लेजुङ
- सन्दकपुर: इलाम
- अर्जुनधारा, सतासीधाम: झापा
- छिन्नमस्ता: सप्तरी
- बुढासुब्बा, बराहक्षेत्र: सुनसरी
- ट्याम्के डाडा: भोजपुर
- मधुगंगा: धनकुटा
- विशान्ति मन्दिर: धनकुटा
- दिङ्ला: भोजपुर

- दोरम्बा: रामेछाप
- सिंहवाहिनी: तेहथुम
- सालि भिनाजुका पाइला: सुर्खेत
- चन्दननाथ: जुम्ला
- हेलम्बु: सिन्धुपाल्चोक
- नमवुद्ध: काभ्रेपलाञ्चोक
- रुवि भ्याली: धादिङ
- चुम भ्याली: गोरखा
- पाणिनी: अर्घाखाँची
- सैनामैना: रुपन्देही
- मैनामैनी: उदयपुर
- रामारोशन: अछाम
- उग्रतारा: डडेल्धुरा
- शैलेश्वरी: डोटी
- मालिकार्जुन: दार्चुला
- बढीमालिका: बाजुरा
- दामन: मकवानपुर
- आलमदेवी: स्याङ्जा
- तपोवन: दार्चुला



रामसार सुचिमा सुचिकृत नेपालका क्षेत्रहरू

क्र.सं.	सुचिकृत क्षेत्र	सुचिकृत मिति
१.	कोशिटप्पु	सन् १९८७
२.	घोडाघोडी ताल	सन् २००३
३.	जगदिशपुर ताल	सन् २००३
४.	विसहजारी ताल	सन् २००३
५.	गोसाईकुण्ड	सन् २००७
६.	गोक्यो ताल	सन् २००७
७.	से-फोकसुण्डो ताल	सन् २००७
८.	रारा ताल	सन् २००७
९.	माइपोखरी	सन् २००८
१०.	पोखरा उपत्यकाका ९ तालहरू	सन् २०१६

नेपालका केही उपत्यकाहरू

- अरुण, साल्दिम उपत्यका: संखुवासभा
- मण्डन उपत्यका: काभ्रे (मेलम्ची खानेपानीबाट प्रभावित)
- जोगबुढा उपत्यका: डडेलधुरा (नेपालको कान्छो उपत्यका)
- कमला, मरिनरखोला उपत्यका: सिन्धुली
- व्यास उपत्यका: दार्चुला
- चुम्बा उपत्यका: गोरखा
- रिक उपत्यका: चितवन
- बनेपा उपत्यका: काभ्रेपलाञ्चोक
- पाटन उपत्यका: वैतडी
- चुत्रावेशी उपत्यका: अर्घाखाँची
- रामपुर उपत्यका: पाल्पा

- लिमी उपत्यका: हुम्ला
- झिमरुक, विजुवार उपत्यका: प्युठान
- इन्द्रावती उपत्यका: काठमाडौं र काभ्रेका विचमा
- सभा (टुम्लिङटार) उपत्यका: संखुवासभा

✚ नेपालका केही किर्तिमानहरू

१. विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथा: ८८४८.८६ मि. (नयाँ उचाइ सार्वजनिक: वि.सं. २०७७ मंसिर २३)
२. विश्वको सर्वाधिक गहिरो गल्छि: म्याग्दी जिल्लामा पर्ने दाना भन्ने ठाउँमा रहेको अन्ध गल्छि (६९६७ मि.), जुन अन्नपूर्ण र धौलागिरी हिमालको विचमा पर्दछ।
३. विश्वको सबैभन्दा होचो उपत्यका: अरुण उपत्यका, संखुवासभा, यो मकालु हिमालको काखमा ४५७ मि. को उचाइमा रहेको छ र यहाँ सबैभन्दा बढी चराहरू पाइन्छ।
४. विश्वको सर्वाधिक उचाइमा धानखेति: जुम्ला जिल्लाको पतरासी (२८५० मि.)
५. विश्वको सर्वाधिक उचाइमा रहेको वैज्ञानिक प्रयोगशाला: सोलुखुम्बु जिल्लाको लोबुचे भन्ने ठाउँमा रहेको पिरामिड नामक प्रयोगशाला (५०५० मि. को उचाइमा)
६. विश्वको सर्वाधिक उचाइमा मानव बस्ती: छार्का भोट र तराप गाउँ, डोल्पा (४०४० मिटर)
७. स्टिलेरीया डिकम्बेन्स: मकालु हिमालमा पाइने विश्वको सर्वाधिक उचाइमा फुल्ने फूल
८. Sikkim Banded Apollo: नेपालमा पाइने विश्वको सर्वाधिक उचाइमा उड्ने पुतलि
९. ट्रयफिना नेपालेन्सिस: नेपालमा मात्र पाइने च्याउ।

१०. विश्वको सर्वाधिक उचाइमा रहेको जलविद्युत गृह: च्छो रोल्पा माइक्रो हाइड्रल प्रोजेक्ट (दोलखा), ४५८० मि. उचाइमा रहेको
११. काडे भ्याकुर: नेपालमा मात्र पाइने चरा
(बैज्ञानिक नाम - Spiny Babbler)
१२. विश्वको सर्वाधिक उचाइमा रहेको ताल: तिलिचो ताल, मनाङ (४९९९ मि.)
१३. पुन्टिया शेर्पा: नेपालमा मात्र पाइने पुतलि
१४. कालिस नेमिस र आसागोस्तर नेपालेसि: विश्वमा अन्यत्र नपाइने किरा



Thank You !!!

© Bidhya Mandir